

# FRAUEN 2024

**SONNTAG 18. FEBRUAR | 11 – 15 UHR**

## Flohmarkt „Von Frau zu Frau“

Gleichstellungsstelle und Flohmarktteam der Stadt Löhne laden zum Stöbern auf dem beliebten **Flohmarkt "Von Frau zu Frau"** ein. Hier finden Sie angesagte Kleidungsstücke, Schuhe und Accessoires zu kleinem Preis aus zweiter Hand.

**Veranstalterinnen: Gleichstellungsstelle und Flohmarktteam der Stadt Löhne**

**Eintritt frei | Werretalhalle Löhne**

**MITTWOCH 06. MÄRZ | 17:15 UHR**

## Film „In den besten Händen“

Die französische Tragikomödie greift brandaktuelle Themen wie den **Pflegenotstand** und die **Spaltung der Gesellschaft** auf.

**Einlass 16.30 Uhr und Einstimmung** auf den Film mit einer Infobörse rund um die Pflege und Impulsen zu der Frage „Genug geklatscht? -Was bedeuten uns die so sinnvollen, sogenannten Frauenberufe und die Arbeit am Menschen?“

**Veranstalterinnen: Gleichstellungsstelle Stadt Herford & die Gleichstellungsbeauftragte des Klinikums Herford**

**Eintritt frei, Spende erbeten | Capitol-Kino Herford**

**SAMSTAG 24. FEBRUAR | 10:00 – 13:00 UHR**

## Finanzcoaching „Finanzen für Frauen“

Ohne jegliches Vorwissen können Frauen hier finanzielles Grundverständnis für finanzielle Fragestellungen und Zusammenhänge erwerben.

Ein idealer Kurs, um finanzielles Wissen zu erweitern und Selbstvertrauen im **Umgang mit Geld** zu gewinnen.

**Veranstalterinnen: VHS Herford in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Frauen & Arbeitspolitik im Kreis Herford**

**Eintritt frei | VHS Herford, Raum 104**

**DONNERSTAG 07. MÄRZ | 17:00 – 18:30 UHR**

## Ausstellung „Starke Frauen - die zweite Frauenbewegung der 1970er und 80er Jahre in Herford“

Im städtischen Museum zeigt die erste Partizipationsausstellung „Frauen bewegen die Stadt“, welchen **Mehrwert die zweite Frauenbewegung** für die Herforder Stadtgesellschaft erreicht hat. Protagonistinnen berichten im Ausstellungsgespräch von ihrem Einsatz für Frauenrechte und dem Entstehen erster Schutzräume und Projekte für Frauen und Mädchen in Herford.

**Veranstalterinnen: Städt. Museum Herford in Kooperation mit der städt. Gleichstellungsstelle**

**Eintritt frei, Spende erbeten | Städtisches Museum Herford, Deichtorwall 2**

**29. FEBRUAR – 15. MÄRZ**

## Ausstellung „Was ich an habe“

Im Berufsleben kommt es immer noch sehr häufig vor, dass Frauen weniger verdienen als Männer und Mütter wegen Schwangerschaft und Kindererziehungszeiten benachteiligt werden.

Beispiele dieser Diskriminierung werden in der **Ausstellung** gezeigt. Die Texte der Teilnehmerinnen bieten einen seltenen Blick in das Leben und die sozialen Beziehungen im Büro, im Leistungssport, im Krankenhaus und in anderen Arbeitsbereichen.

**Die Eröffnung mit der Ausstellungskünstlerin Frau Willms, findet am 29.02.2024 um 17 Uhr statt.**

**Veranstalterinnen: AG der Gleichstellungsstellen im Kreis Herford**

**Eintritt frei | Elsbachhaus, Goebenstraße 3-7, 32052 Herford**

**FREITAG 08. MÄRZ | 16:00 UHR**

## „Kommunalpolitik im Frauenblick“ Gemeinsamer Ratssitzungsbesuch für Frauen und Mädchen

Geben Männer das Geld für die gleichen Dinge aus wie Frauen? Wie agieren die Politikerinnen und Politiker im Herforder Stadtrat? Wäre ein **Engagement in der Kommunalpolitik** auch was für mich?

Besucht zusammen mit der Herforder Gleichstellungsbeauftragten eine Ratssitzung. **Ein Vorgespräch bereitet die Teilnahme vor.**

**Veranstalterinnen: Gleichstellungsstelle Stadt Herford & Demokratie leben! Herford**

**Eintritt frei, Anmeldungen unter Tel.: 05221 189463 oder per E-Mail an [karola.althoff@herford.de](mailto:karola.althoff@herford.de) | Rathaus Herford, Rathausplatz 1**

**SONNTAG 3. MÄRZ | 11:00 – 13.30 UHR**

## Frauenfrühjahresempfang

Diesmal wie immer mit **Sekt, Selters und Mittagsimbiss** und der Kabarettistin **Andrea Volk**, die politisch, lustig und pointenreich den Irrwitz des Alltags mit Fokus auf der aktuellen Arbeitswelt in Büro und Verwaltung verarbeitet.

**Veranstalterin: Gleichstellungsstelle Stadt Löhne**

**Eintritt frei, Infos & Anmeldung unter Tel.: 05732 100 344 oder [m.luepke@loehne.de](mailto:m.luepke@loehne.de) | Werretalhalle Löhne**

**FREITAG 08. MÄRZ | 18:00 – 21:00 UHR**

## „Ich warte nicht - ich starte“

Ein ebilderter Vortrag zum Thema Alleinwandern und -reisen für Frauen mit Tipps und Inspiration als Empowerment-Beitrag zum Weltfrauentag 2024. Die **Referentin Susanne Schnake** ist seit 8 Jahren auf kurzen und weiten Wegen in Europa unterwegs und freut sich, andere Frauen bei diesen Schritten zu ermutigen und zu begleiten.

**Veranstalterin: VHS und Gleichstellungsstelle Löhne**

**Eintritt frei, Infos & Anmeldung unter Tel.: 05732 100344 oder [m.luepke@loehne.de](mailto:m.luepke@loehne.de) | Werretalhalle, 1. UG, Raum B, Löhne**

**MITTWOCH 06. MÄRZ | 18:00 UHR**

## Vortrag: Trennung und Scheidung - Rechtliche Fragen

Die Rechtsanwältin Frau Elisabeth Hoffmann-Gallhoff wird zum Thema **„Trennung und Scheidung“** referieren. Die Veranstaltung ist für alle Geschlechter geöffnet.

**Veranstalterin: Gleichstellungsstelle der Stadt Vlotho**

**Eintritt frei, Anmeldung nicht erforderlich | Kulturfabrik Vlotho (1. Etage)**

## AKTIONSTAGE:

**29. FEBRUAR EQUAL CARE DAY**

**06. MÄRZ EQUAL PAY DAY**

**08. MÄRZ INTERNATIONALER FRAUENTAG**

# FRAUEN 2024

08./09./10. MÄRZ 2024 | 20:00 UHR

## Film Smoke Sauna Sisterhood

In einer schneebedeckten Waldhütte treffen Frauen verschiedener Altersgruppen und Gesellschaftsschichten zum gemeinsamen Saunieren zusammen. Tabus fallen mit den Hüllen, während sanfte Stimmen unausgesprochene Ängste und leidvolle Erkenntnisse in das Dunkel der dampferfüllten Sauna flüstern. Filmemacherin Anna Hints begleitet dieses transformative Ritual in "SMOKE SAUNA SISTERHOOD".

Der **Dokumentarfilm** gewährt einen fast mystischen Einblick in das Werden der Frauen und erzählt von den Veränderungen im Leben und **Körper einer Frau**. Mit tiefer Empathie und Menschlichkeit wirft der Film einen ungeschönten, jedoch extrem fokussierten Blick auf die Rauchsauen – eine Tradition, die von der UNESCO als immaterielles Kulturerbe der Menschheit anerkannt wurde.

**Veranstalterin: Gleichstellungsbeauftragte Gemeinde Kirchlegern**

**Eintritt: 3,50 €, Kontakt und Kartenreservierung unter Tel.: 05223 - 75 73 450 oder [info@lichtblick-kirchlegern.de](mailto:info@lichtblick-kirchlegern.de) | Kino Lichtblick, Kirchlegern**

DONNERSTAG 14. MÄRZ | 18:30 UHR

## Vortrag „Mit Klarheit durch die Wahrheit“

Die Persönlichkeitstrainerin **Viola Noa-Nebel** aus Bielefeld referiert über die Fähigkeit, einen Konflikt, ein Problem oder Meinungsverschiedenheiten konstruktiv zu lösen und nicht faule Kompromisse auszuhalten.

Um eine **belastbare Problemlösung** zu entwickeln, muss individuell die Wahrheit zum Ursprung des Konfliktes, den Meinungsverschiedenheiten, geklärt sein. Das setzt natürlich die entgegenkommende Bereitschaft voraus, sich selbst kritisch zu hinterfragen und auch die Geduld aufmerksam zuzuhören.

Alle Frauen sind recht herzlich zu dieser Veranstaltung eingeladen.

**Veranstalterin: Gleichstellungsstelle der Stadt Vlotho**

**Eintritt frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich | Kulturfabrik Vlotho (1. Etage)**

FREITAG 15. MÄRZ | 14:30 UHR

## Zusammen Leben – Zusammen Treffen – Gemeinsam für Frauen eintreten!

Im Haus der Kulturen in Enger begegnen sich Frauen aus aller Welt. Somit ist das Haus der Kulturen ein wichtiger Begegnungsort für Frauen, um sich u.a. auszutauschen oder auch zu vernetzen.

Anlässlich des Weltfrauentages laden wir Frauen mit und ohne Migrationshintergrund ins Haus der Kulturen ein. Besucherinnen haben die Möglichkeit sich über **Frauenrechte** auszutauschen oder sich in gemüthlicher Atmosphäre bei Kaffee und Tee niederschwellig über Alltagsproblem zu unterhalten.

Die orientalische Tanzgruppe Jumana ist eingeladen und wird neben einer Vorführung auch Möglichkeiten zum Mitmachen bieten.

**Veranstalterinnen: Integrationskoordinatorin & Gleichstellungsstelle der Widukindstadt Enger**

**Eintritt frei | Haus der Kulturen, Enger**

**Impressum: Herausgeberin Arbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford | Redaktion, schriftliche Gestaltung und Grafikdesign - Gleichstellungsstelle Kreis Herford**

SAMSTAG 16. MÄRZ | 11:00 – 16:00 UHR

## Flohmarkt von Frauen für Frauen

Der Flohmarkt bietet gut erhaltene Kleidung, Deko und Handarbeiten und findet in Kooperation mit den Landfrauen aus Kirchlegern statt. Die Einnahmen kommen den Landfrauen zu Gute und werden von diesen gespendet.

**Veranstalterin: Gleichstellungsbeauftragte Gemeinde Kirchlegern**

**Standgebühr 10 €, mit Kuchenspende 8 € mit Tortenspende 5 €, Optional Miete Tisch 5 EUR, Info & Anmeldung unter [a.honermeier@kirchlegern.de](mailto:a.honermeier@kirchlegern.de) | Erich-Kästner-Gesamtschule, Kirchlegern**

DONNERSTAG 21. MÄRZ | 15:00 – 17:30 UHR

## Austausch Ein kurzer historischer Abriss über die Erfolge der Frauenbewegungen

Am 8. März zum Weltfrauentag wird deutschlandweit viel über die Frauenbewegung und über das Thema Geschlechterverhältnis diskutiert. Leben wir bereits in einer geschlechtergerechten Gesellschaft? Um dieser Frage näher zu kommen, ist es notwendig, einen Blick in die historische **Frauenbewegung** zu werfen.

Alle relevanten Ereignisse haben wir in einem **Zeitstrahl** zusammengefasst und würden uns freuen, Ihnen diese präsentieren zu können.

**Veranstalterinnen: Gleichstellungsstelle & Stadtbücherei der Widukindstadt Enger**

**Eintritt frei | Stadtbücherei Enger, Bahnhofstraße 15, 32130 Enger**

DONNERSTAG 21. MÄRZ | 17:00 – 18:00 UHR

## Führung durch die Ausstellung „Annem işçi- Wer näht die roten Fahnen“

Die Gruppenausstellung erzählt von direkten und indirekten Zusammenschlüssen von **Gastarbeiterinnen und Künstlerinnen** gegen Diskriminierung, Rassismus und Gewalt. Weitere Infos unter [www.marta-Herford.de](http://www.marta-Herford.de). Danach wird zum gemeinsamen Ausklang eingeladen.

**Veranstalterinnen: AG kommunaler Gleichstellungsstellen Kreis Herford**

**Eintritt: 5,00 €, max. 20 Teilnehmende, Anmeldungen unbedingt erforderlich unter Tel.: 05221 964230 bei Andrea Stroba | Treffpunkt zur Führung 16.45 Uhr vorm Martha, Herford**

SAMSTAG 23. MÄRZ | 12:00 – 17:00 UHR

## Ein Tag für Frauen mit **Magic Words®** und **Bewegungsbalancen**

Mit Magic Words erlernen und erleben Sie eine Methode, die Energie dieser Macht positiv für persönliche und berufliche **Lebensziele** zu nutzen. Mit Magic Words können Sie Wörter mit gezielt eingesetzter Zauberkraft „aufladen“. Sie lernen, diese Methode für Ihr eigenes Lebensmanagement einzusetzen. In Verbindung mit Elementen aus dem Kommunikationsmodell nach Dr. Thomas Gordon lernen Sie effektiv zu kommunizieren und auf Ihre Bedürfnisse zu achten. Abgerundet wird das Programm durch **erholsame Balancebewegungen** aus dem LIBRA® -Programm. Die Bewegungsbalancen vereinen mehrere Methoden in ihrer Essenz zu einem leichten, schnellen Programm, das sowohl Spaß macht, als auch effektiv ist. Mit den eigens hierfür entwickelten Balancebewegungen ist es möglich, die fehlenden frühkindlichen Reflexe zu balancieren.

**Veranstalterin: Gleichstellungsstelle Gemeinde Kirchlegern**

**Eintritt frei, max. 16 Teilnehmerinnen, Anmeldung unter [a.honermeier@kirchlegern.de](mailto:a.honermeier@kirchlegern.de) | AWO Begegnungszentrum Zappel, Schimmelkamp 23, Kirchlegern**