



**Sonntag 14.3. | 11-14 Uhr**  
Online  
**ZEIT FÜR MICH – PAUSE VOM ALLTAG**  
Yoga und Meditation für alle  
Über sanfte Bewegungen und geführte Meditationen vergessen wir den Alltag, das Außen, und kommen wieder mehr bei uns, im Innen an. Das Angebot ist für alle Altersklassen geeignet. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.  
Veranstalterin/Koordination: Yoga Atelier Anke Becker  
Leitung/Referentinnen: Anke Becker (Yoga), Anika Jäger (Meditation)

**Dienstag 16.3. | 17-19 Uhr**  
Online  
**KLAR KOMMUNIZIEREN, BESSER GEHÖRT WERDEN**  
An diesem Abend wird eine klare Kommunikation erklärt und geübt. Es wird trainiert, ohne Einschränkungen und Verniedlichungen klar und deutlich zu formulieren. Kein „aber“ und kein „vielleicht“ mehr!  
Veranstalterin/Koordination: Diakonisches Werk im Kirchenkreis Recklinghausen gGmbH  
Leitung/Referentin: Karin Hester  
entgeltfrei (max. 8 TN)

**Mittwoch 17.3. | 18 Uhr**  
Bürgerhaus Herten-Süd, Hans-Senkel-Platz 1, 45701 Herten  
**\*WER ZURÜCK WILL, DER MUSS ERST EINMAL AN UNS VORBEI**  
Yvonne Adamski (Inter-Bündnis) und Sabine Leopold (MLPD) stellen den Aufruf des 12. frauenpolitischen Ratschlags „Es ist der kleinste, aber ein dringend notwendiger Nenner“ vor. Darin erklären die Unterzeichnerinnen ihre bewusste und überparteiliche Zusammenarbeit, um dem Rollback in Sachen Frauenrechte und faschistischer Gefahr entgegenzutreten. Das sollte auch in Herten angepackt werden. Falls die Corona-Verordnungen es erfordern, findet die Veranstaltung online statt.  
Veranstalterin/Koordination: Internationalistisches Bündnis gegen Rechtsentwicklung, Faschismus und Krieg

**Mittwoch 17.3. | 19-21 Uhr**  
Online  
**DIE KUNST DER HEILSAMEN BERÜHRUNG – THERAPEUTIC TOUCH (TT)**  
Therapeutic Touch ist eine sanfte Methode, die ursprünglich für die Pflege entwickelt wurde. Inzwischen wird sie in vielen anderen Bereichen ergänzend zu schulmedizinischen Therapien erfolgreich eingesetzt. Ziel ist es, das Energiefeld des Menschen mittels der Hände zu harmonisieren und dadurch indirekt die Selbstheilungskräfte des Menschen anzuregen! Nach einer kurzen Einführung erlernen wir erste praktische Übungen.  
Veranstalterin/Koordination: Anja Homeyer (Heilpraktikerin)

**Donnerstag 18.3. | 17-18.30 Uhr**  
Treffpunkt: VHS-Haus, Resser Weg 1, 45699 Herten  
**\*FRAUEN IN DEN 50ER-JAHREN: VON DEN TRÜMMERFRAUEN ZUR FRAU IM „WIRTSCHAFTSWUNDERLAND“ Ein Historischer Stadtrundgang**  
Anfang der 50er-Jahre wirkte die Kriegszeit noch nach. Im Alltag musste oft improvisiert werden. Viele Männer waren aus dem Krieg noch nicht zurückgekehrt. Wie sah das Leben von Frauen in dieser Zeit aus. Ab wann war der Beginn des „Wirtschaftswunders“ spürbar? Welche Rolle spielten Frauen bei dieser Entwicklung? Der Rundgang setzt sich mit den unterschiedlichen Rollenbildern von Mann und Frau in den Fünfzigern auseinander.  
Veranstalterin/Koordination: VHS und Stadtarchiv Herten  
Leitung/Referentinnen: Monika Engel (VHS), Kirsten Noetzel (Stadtarchiv)



**Donnerstag 18.3. | 20.07 Uhr**  
Online (Kultur & Bildungskanal Herten – Youtube)  
**7NACH8. NACHTSCHNITTCHEN: FRAUENSACHE**  
Bühne frei für die lustigsten vier Damen der Republik. Thekenratsch: Zwei Halbschwwestern, Die Becker und Frau Sierp, schenken sich nix. Sie haben nur eines gemeinsam: eine Mutter und kein Geld. Sandra Da Vina hat alles: Humor, zwei, drei Probleme mit sich und der Welt und die richtigen Worte, um davon zu erzählen. Nora Boeckler schließlich deckt in ihrem neuen Programm „5 Sterne Fiasco“ schonungslos die brennendsten Probleme unseres alltäglichen Wahnsinns auf.  
Veranstalterin/Koordination: Kulturbüro, b.hahn@herten.de

**Freitag 19.3. | 18-20 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)  
**INFORMATIONENABEND: WOCHENENDE FÜR FRAUEN 20. BIS 22.8.2021**  
Wir fahren nach Paderborn. Dort warten die Lippe-Niederungen, Schloss Neuhaus, eine geschichtsträchtige Stadt und eine Klosterführung in Salzkotten auf uns. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkunden wir die Stadt und Umgebung. Wir übernachten im Haus Maria Immaculata in Einzel- und Doppelzimmern. Neugierig?  
Veranstalterin/Koordination: Frauen-Informations-Netzwerk, Renate Nöbe  
Leitung/Referentinnen: Rosy von Westerholt, Rita Ludwig

**Sonntag 21.3. | 11-12 Uhr**  
Online  
**LESELUST/LESEFRUST – EIN HÖRSPIEL**  
Einmal im Monat findet im Buchladen kostenfreies Lesen statt. Von manchen Büchern ist nur ein Exemplar vorhanden, aber es gibt zwei Lesewillige... Es geht turbulent zu, in dem kleinen Buchladen, wenn radikale Leser\*innen aufeinander treffen.  
Veranstalterin/Koordination: KreativQuartier Herten  
Leitung/Referentinnen: Manuela Potthast/Claudia Heinrichs

**Sonntag 21.3. | 11-14 Uhr**  
Online  
**ZEIT FÜR MICH – PAUSE VOM ALLTAG**  
Yoga und Meditation für alle  
Über sanfte Bewegungen und geführte Meditationen vergessen wir den Alltag, das Außen, und kommen wieder mehr bei uns, im Innen an. Der Workshop ist für alle Altersklassen geeignet. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Der Workshop wird finanziell vom Förderverein des Kunstthofs Westerholt e. V. unterstützt.  
Veranstalterin/Koordination: Yoga Atelier Anke Becker  
Leitung/Referentinnen: Anke Becker und Heike Burgmer

**Montag 22.3. | 19-21 Uhr**  
Online  
**ZEIT FÜR SICH NEHMEN – HERZENZEIT**  
Herzchakra-Meditationen  
Man weiß mittlerweile, dass das Herz einen viel größeren Einfluss auf das Gehirn ausübt, als man bisher angenommen hat. Neuerdings spricht man von einem Herzhirn. Den meisten Menschen fällt es leichter, anderen herzlich zu begegnen als mit sich selbst freundlich in Kontakt zu gehen. Ein Weg dahin sind Meditationen. Sie helfen nach und nach in eine tiefere Ruhe zu gelangen. Diese erlernbare Achtsamkeit wirkt stärkend und gleichzeitig gesundheitsfördernd.  
Veranstalterin/Koordination: Anja Homeyer (Heilpraktikerin)

**Montag 22.3. | 19-21.30 Uhr**  
Kaplan-Prassek-Heim, Papst-Johannes-Str. 2, 45699 Herten  
**\*AUGEN AUF – SPOT AN FÜR eine Kultur der Achtsamkeit**  
Ein mit vielen Preisen ausgezeichnetes Werk über die Aufdeckung von Missbrauch in der amerikanischen Kirche wird gezeigt. Nach der Vorführung ist Zeit für Austausch und Diskussion.  
Veranstalterin/Koordination: Kath. Pfarrei St. Antonius  
Leitung/Referentin: Dr. Birgitta Ortman



**Mittwoch 24.3. | 19-21.30 Uhr**  
Immobilien Rodenberg, Richterstr. 6, 45699 Herten  
**\*HAUS VERKAUFEN LEICHT GEMACHT**  
Haus-Sprechstunde  
Sie spielen mit dem Gedanken Ihr (geerbtes) Haus oder Ihre Wohnung zu verkaufen? Aber dieses Thema ist völlig neues Neuland für Sie? Dann lade ich Sie ganz herzlich zu dieser Veranstaltung ein. In einer entspannten, kleinen Runde erzähle ich Ihnen alles, was Sie wissen möchten. Über den Ablauf des Verkaufs bis hin zur Schlüsselübergabe. Falls die Corona-Verordnungen es erfordern, findet die Veranstaltung online statt.  
Veranstalterin/Koordination: Dipl.-Ing. Architektur (FH) Pamela Rodenberg

**Freitag 26.3. | 16-18 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)  
**MEIN LEBEN MIT DER CORONA-HERAUSFORDERUNG**  
Tipps und Tricks zur Alltagsbewältigung  
Seit einem Jahr hat das Thema Corona Einzug in unseren Alltag gehalten. Wie gehen wir damit um? Was macht uns Sorgen? Wie hat sich das Leben verändert? Was hat sich bewährt? Wir wollen uns online über Zoom austauschen, und sollte es anders möglich sein, erhalten die Angemeldeten rechtzeitig eine Nachricht.  
Veranstalterin/Koordination: Frauen-Informations-Netzwerk  
Leitung/Referentinnen: Renate Nöbe und Rita Ludwig

**Samstag 27.3. | 10-15 Uhr**  
Kunsthof Westerholt, Am Bungert 19, 45701 Herten  
**\*FRAUEN IN BALANCE**  
Workshop: Balance-Objekte  
Oft erleben wir Situationen, in denen wir die Balance zwischen zwei Polen halten müssen. Zwischen Familie und Beruf, Kindern und Karriere, Freiheit und Verantwortung, Sicherheit und Unabhängigkeit. Gerade Frauen können ein Lied davon singen. In unserem Workshop wollen wir uns lustvoll und kreativ mit dem Thema beschäftigen. Wir werden Objekte herstellen, die frei schwebend die Balance halten.  
Veranstalterin/Koordination: Artrium Schmuckatelier, Christiane Steffler

**Samstag 27.3. | 19.30 Uhr**  
Online (Kultur & Bildungskanal Herten – Youtube)  
**FRAUENFEST: „UND WENN SIE TANZT, IST SIE WOANDERS...“ (Max Giesinger)**  
Der Titel verrät, dass das Frauenfest nicht im Glashaushaus stattfinden kann – jede Frau tanzt woanders. Aufgrund der Pandemie müssen wir auf das gemeinsame Tanzen im Glashaushaus verzichten, aber nicht auf das Tanzen zuhause. Wir werden viele bekannte Stücke aus der „Plattenkiste“ suchen und online Musik auflegen, um den Hertener Frauen ein Tanzforum zu geben. Musikwünsche sind ausdrücklich erlaubt. Bitte im Vorfeld per Mail anmelden, um Infos zu erhalten, wie man sich an dem Abend über den Computer dazu schalten kann mit Zutritten.  
Veranstalterin/Koordination: Kulturbüro Herten, Frauen-Informations-Netzwerk  
Kontakt: 02366 303 179

**Montag 30.3. | 17-19 Uhr**  
Treffpunkt: Schild Siebenbürgersiedlung  
**\*SPAZIERGANG MIT GESCHICHTE(N)**  
Die Siebenbürger Sachsen blicken auf eine jahrhundertalte Geschichte zurück. Dabei haben Frauen immer eine große Rolle gespielt. Im Rahmen unseres Spaziergangs erfahren wir interessante Details über Forscherinnen, Kauffrauen, Künstlerinnen und andere wichtige Persönlichkeiten.  
Veranstalterin/Koordination: Siebenbürger Kreisgruppe Herten e. V. | Leitung/Referentin: Karin Roth

**IMPRESSUM**  
Herausgeber: Stadt Herten | Der Bürgermeister  
Vi.S.d.P.: Alexandra Mielke, Gleichstellungsstelle der Stadt Herten  
Kurt-Schumacher-Straße 1, 45699 Herten  
Tel. 02366 303 487 | E-Mail: a.mielke@herten.de  
Redaktion: Alexandra Mielke, Sigrid Godau  
Fotos: Soweit nicht anders angegeben wurden die Fotos von den Künstleragenturen und Veranstalter\*innen zur freien Nutzung zur Verfügung gestellt.  
Titelgrafik: Leoni Buscher, Recklinghausen  
Satz und Druck: Stadtdruckerei Herten | Auflage: 2000



# FRAUENKULTURTAGE-PROGRAMM

**FRAUENKULTURTAGE HERTEN 2021**

Entgeltgleichheit, gleicher Lohn für gleiche Arbeit • Chancengleichheit • Sicherheit und Gewaltfrei Leben • Vereinbarkeit Familie + Beruf • Frauen in Führungspositionen • Frauen in die Politik + Parlamente • Mehr Lohn für soziale Arbeit

1911 erster Internationaler Frauentag in Deutschland auf Initiative von Clara Zetkin 1919 Marie Juchacz erste Rede einer Frau im Reichstag 1922 wurde der Internationale Frauentag am 8.3. in verschiedenen Ländern einheitlich begangen 1949 Artikel 3, Abs. 2 Grundgesetz „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“ Frieda Nadig, Elisabeth Selbert, Helene Weber und Helene Wessel 1957 Aufhebung des „Gehorsamsparagrafen“ Frauen dürfen nun ihr Vermögen selbst verwalten und selbst entscheiden, ob sie arbeiten gehen 1961 Elisabeth Schwarzhaupt erste Bundesministerin 1962 Frauen dürfen ein eigenes Bankkonto eröffnen 1968 zweite Frauenbewegung, neue Welle des Protestes 1970 Lenelotte von Bothmer erste Bundestagsrede einer Frau im Hosenanzug! 1971 Angeführt von der Frauenrechtlerin und Publizistin Alice Schwarzer, bekannter sich am 3. Juni 1971 im Magazin „Stern“ 374 Frauen dazu, ungewollte Schwangerschaften abgebrochen zu haben 1974 verabschiedete der Bundestag die zweite Reform des Paragraphen 218 (Fristenregelung) 1976 Fristenregelung wurde gekippt und Indikationenregelung eingeführt 1977 Reform des Ehe- und Familienrechts und Scheidungsrechts 1986 Rita Süßmuth, erste Frauenministerin 1993 Heide Simonis, erste Ministerpräsidentin 1994 Erweiterung des Grundgesetzes „Männer und Frauen sind gleichberechtigt. Der Staat fördert die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern und wirkt auf die Beseitigung bestehender Nachteile hin.“ 1997 Bundestag entscheidet, dass sexuelle Gewalt auch innerhalb der Ehe strafrechtlich als Vergewaltigung bestraft werden muss 2001 Frauen können in die Bundeswehr 2005 Angela Merkel wird erste Bundeskanzlerin 2007 In Deutschland wird das Elterngeld und Elternzeit eingeführt 2016 Quotenregelung soll mehr Frauen in Führungspositionen bringen... „Was bedeutet Gleichstellung? Gleichstellung bedeutet: Menschen dürfen keine Nachteile haben, weil sie Frauen oder Männer sind. Das steht auch im Artikel 3 im deutschen Grundgesetz. Männer und Frauen sollen die gleichen Möglichkeiten haben. Damit sie so leben können wie sie sind.“



immer auf Vorsicht bedacht. Umso mehr danke ich dem Organisationsteam für die vielen kreativen Ideen und für die Umsetzung des vielfältigen Programms. Schauen Sie rein, und vor allem: Nehmen Sie teil – es wird sich lohnen.

Herzliche Grüße  
Matthias Müller  
Bürgermeister Stadt Herten

Liebe Teilnehmer\*innen,



Veranstaltungen haben wir mit einem\* versehen, da nicht absehbar ist, ob zum jeweiligen Zeitpunkt ein Treffen vor Ort möglich ist. Bitte wenden Sie sich in diesen Fällen an die Veranstalter\*innen.

Ihre Alexandra Mielke  
Gleichstellungsstelle Stadt Herten

Mit freundlicher Unterstützung:



## PROGRAMM

Donnerstag  
**25.2. | 20.07 Uhr**  
Online (Kultur & Bildungskanal Herten – Youtube)

Keine Anmeldung erforderlich  
entgeltfrei

**7NACH8. ANKA ZINK: DAS ENDE DER BEScheidenHEIT**

Eigentlich wissen wir es längst: „Jetzt bin ich dran!“ Für Bescheidenheit und Zurückhaltung ist in Zeiten der Selbstinszenierung keine Zeit mehr. Überall locken Supermodels, Supertalente, Superfood. Alle sind superfit, supertalentierte, superschön, superjung, supergeil, superlaut... zumindest auf ihren Selfies. Nur die Normalos sind weg. Aber wer ist noch übrig, um uns zu bewundern? Und vor allem wofür? Ein Programm mit praktischen Beispielen und tollen Übungen für alle Bescheidenen, die Unbescheidenheit verdient haben!

Veranstalterin/Koordination:  
Kulturbüro, b.hahn@herten.de

Dienstag  
**2.3. | 16.45-17.30 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)

Anmeldung bis 20.02.2021:  
vhs@herten.de  
VHS-Nr: U3107  
entgeltfrei

**EINFÜHRUNG IN ZOOM**

Aufgrund von Corona werden einige Angebote der Frauenkulturtag 2021 in ZOOM übertragen. Die VHS Herten bietet dazu eine Schulung an. Ziel ist es, dass alle Frauen, die mit Zoom an den Frauenkulturtagen teilnehmen möchten, die wichtigen grundlegenden Funktionen kennenlernen. Voraussetzung sind ein Internetzugang, ein Firefox- oder Chrome-Browser, PC, Laptop oder Handy, Mikrofon, Lautsprecher (oder wenn möglich ein Headset) und ggf. eine Kamera/Webcam.

Der Zutritts-Link wird ab 23.2.2021 per E-Mail verschickt.  
Veranstalterin/Koordination: VHS Herten  
Leitung/Referent: Jürgen Michels (Kurs- und Projektleiter im Bereich EDV/IT)



Dienstag  
**2.3. | 18.30-20 Uhr**  
Online (Kultur & Bildungskanal Herten – Youtube)

Keine Anmeldung erforderlich  
entgeltfrei

**DAGMAR SCHÖNLEBER: DAS LEBEN ALS KABARETTISTIN**  
Eröffnung der Frauenkulturtag

Respekt. Aber wer hat ihn wirklich verdient? In einer Zeit, in der Trolle immer realer und Politiker immer ungeheurer werden, macht sich Dagmar Schönleber auf die Suche nach den Anfängen des richtigen Umgangs und die Zukunft des Miteinanders im Durcheinander. Ein Abend zwischen Anstand und Aufstand, Etikette und Ekstase, Knigge und Knast... Dabei gilt wie immer: Die Lebensweisheiten sind frei, während die Gitarre Akkordarbeit leistet. Respekt!

Veranstalterin/Koordination:  
VHS, Gleichstellungsstelle, Kulturbüro Herten

Mittwoch  
**3.3. | 17.30-19 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)

Anmeldung:  
02366 9360621,  
E-Mail:  
nutzungsmanagement@innenstadt-herten.de  
entgeltfrei (max. 15 TN)

**UNTERNEHMERINNEN ERZÄHLEN IHRE GESCHICHTE**

Zwei Unternehmerinnen, Ilka Teigeler (Optik Breiderhoff, Herten) und die Vorbild-Unternehmerin Melanie Goldhagen (KidzzInForm, Datteln) der Initiative „FRAUEN unternehmen“ plaudern in gemütlicher Atmosphäre aus dem Nähkästchen und berichten über ihren Werdegang. Im Anschluss stehen sie interessierten Frauen für Fragen zur Verfügung.

Veranstalterin/Koordination:  
„Neustart Innenstadt“, Team Nutzungsmanagement in Kooperation mit der Initiative FRAUEN unternehmen

Freitag  
**5.3. | 19 Uhr**  
Online

**WORAUF BAUEN WIR? | Weltgebetstag der Frauen**

2021 gestalten den Weltgebetstag Frauen aus Vanuatu, einer Inselgruppe im Pazifik. Traumhafte Strände, blaues Meer und tiefgrüne Urwälder lassen Vanuatu als ein Paradies erscheinen. Doch verheerende Zyklone, Vulkanausbrüche, steigende Meeresspiegel und Gewalt gegen Frauen sind als Bedrohung allgegenwärtig. „Worauf bauen wir?“ fragen die Frauen. Was zählt in unserem Leben? Was ist wichtig? Was trägt uns, wenn unser Leben ins Wanken gerät?

In diesem Jahr finden coronabedingt keine Präsenz-Gottesdienste statt. Einen Gottesdienst zum Weltgebetstag überträgt um 19 Uhr der Sender Bibel TV, eine Andacht für den Kreis Recklinghausen finden Sie auf dem YouTube-Kanal der Ev. Kirchengemeinde Oer-Erkenschwick.

Samstag  
**6.3. | 11-15 Uhr**  
CreativWerkstatt,  
Ernst-Reuter-Platz 10-20,  
45699 Herten

Anmeldung:  
E-Mail: e\_ernst@web.de  
entgeltfrei, Spende fürs  
Frauenhaus, Material: 5 €

**\*FRAUENKUNST: WER A SAGT, MUSS NICHT B SAGEN**

1706 wurde Anna Spiekermann in Westerholt als Hexe hingerichtet. Aberglaube, Hexenwahn – überwiegend Frauen waren die Opfer. Das Schicksal vom „Hexenmännchen“ bewegt. Wir werden die Freiheit der Kunst nutzen und der tragischen Geschichte einfach eine andere Wendung geben. Dabei machen wir uns die Botschaft von Brechts Lehrstück „Der Jasager und der Neinsager“ zunutze.

Veranstalterin/Koordination: Eva Ernst

Sonntag  
**7.3. | 15-18 Uhr**  
NaturRaum  
am Paschenberg,  
Paschenbergstr. 161,  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 9372041  
oder 0157 72172829,  
E-Mail: christiane@gluecklich.com

Kosten: 35 € (Sonderpreis)

**\*POSITIV - EMOTION - Gute Laune selbstgemacht!**

Unser Einfluss auf unsere Gefühle, Beziehungen und unser Wohlbefinden ist größer als wir denken. In diesem Workshop werden wichtige Erkenntnisse aus der Gehirn-, Verhaltens- und Glücksforschung leicht verständlich auf den Punkt gebracht. Sie erfahren, welche Macht Sie über Ihre Gefühle und damit über Ihre Gesundheit haben und weshalb auch negative Gefühle wichtig sind. Unser Gehirn bildet ständig neue Verknüpfungen. Gut, wenn es das so tut, wie WIR es wollen! Zusatzveranstaltung: 2. Mai 2021.

Veranstalterin/Koordination:  
Christiane Gruska (Glückstrainerin)



Sonntag  
**7.3. | 18.30-21 Uhr**  
NaturRaum  
am Paschenberg,  
Paschenbergstr. 161,  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 9372041  
oder 0157 72172829,  
E-Mail: christiane@gluecklich.com

Kosten: 25 €

**\*DER RHYTHMUS, WO JEDE MITMUSS**  
Trommeln und Percussion für Anfängerinnen

Sind Sie musikbegeistert, talentiert oder völlig aus dem Takt? Jede passt! Denn hier geht es um Freude am gemeinsamen Musizieren! Es werden verschiedene Stimmen, die zu einem bekannten Rhythmus gehören, erlernt. Schnell werden alle in der Lage sein, diese zusammen zu spielen. Neben den Congas (Trommeln) kommen auch Percussioninstrumente wie z. B. Kalebassen, Glocken und Klanghölzer zum Einsatz. Die Instrumente werden gestellt.

Zusatzveranstaltung: 2. Mai 2021

Veranstalterin/Koordination:  
Christiane Gruska (Glückstrainerin)

Montag  
**8.3. | 17 Uhr**  
Online

Keine Anmeldung erforderlich

**INFORMATIONEN ZUM INTERNATIONALEN FRAUENTAG**

Clara Zetkin steht als eine von vielen Frauen, die Frauenrechte erkämpften, symbolisch neben der Mona Lisa auf unserem Plakat der diesjährigen Frauenkulturtag. Am 8. März 2021 jährt sich der internationale Frauentag, an dem wir die bisherigen Errungenschaften für Frauenrechte festhalten werden und Forderungen entwickeln, die für eine Gleichberechtigung notwendig sind. Nähere Infos auf [www.herten.de/gleichstellung](http://www.herten.de/gleichstellung).

Veranstalterin/Koordination:  
Arbeitskreis Internationaler Frauentag

Montag  
**8.3. | 18-19 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)

Anmeldung:  
vhs@herten.de  
VHS-Nr: U1051  
entgeltfrei

**PHILOSOPHINNEN**

Vorgestellt werden einige der interessantesten Denkerinnen der letzten Jahrhunderte. Die Liste reicht von der englischen Historikerin und Geschichtsphilosophin Catherine Macaulay (1731-1791), die wesentlichen Einfluss auf die amerikanische Verfassung nahm, über die Schriftstellerin Rahel Varnhagen (1771-1833), bis hin zu Hedwig Dohm (1831-1919), Frauenrechtlerin der ersten Stunde. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur Diskussion.

Veranstalterin/Koordination: VHS Herten  
Leitung/Referentin: Marit Rullmann

Dienstag  
**9.3. | 15-17 Uhr**  
Haus der Kulturen,  
Vitusstr. 20, 45699 Herten

Anmeldung:  
02366 180713,  
E-Mail: a.rutecki@haus-der-kulturen.de  
entgeltfrei

**\*100 JAHRE WELTFRUAENTAG**  
Wie erlebe ich Gleichberechtigung in meiner Familie?

100 Jahre Weltfrauentag. 100 Jahre Frauenrechte? Was ist inzwischen erreicht und umgesetzt? Wofür müssen wir weiter kämpfen, nicht nur in Deutschland, sondern weltweit? Gemeinsam kommen hierüber wir ins Gespräch.

Veranstalterin/Koordination:  
Annelie Rutecki (Haus der Kulturen), Ruth Heppner

Dienstag  
**9.3. | 19-20 Uhr**  
Online

Anmeldung:  
service@super-sabine.de  
entgeltfrei

**LESUNG: DIE SICHTBARE ERFOLGSFRAU**  
Das 7-Zyklus-Prinzip weiblicher Selbstständigkeit

Sichtbarkeit ist wichtig, um Erfolg zu haben. Genau das ist für die meisten selbstständigen Frauen die größte Herausforderung. Das 7-Zyklus-Prinzip ist ein Leitbild für weibliche Selbstständigkeit, das modernes Business-Know-how mit spirituellem Ur-Wissen verknüpft. Es ist wahrüttelnd und revolutionär. Es stiftet zum Umdenken an, weil es selbstständige Frauen und Gründerinnen ermächtigt und befähigt, ein Business in Fülle zu führen. Auf weibliche Art.

Veranstalterin/Koordination: Super Sabine (Sabine Krink)



Mittwoch  
**10.3. | 17-19 Uhr**  
Online (ZOOM-Meeting)

Anmeldung:  
info@mareikegraeepel.com  
entgeltfrei (max. 50 TN)

**DEINE KORRESPONDENTIN**  
Frauen berichten über Frauen aus der ganzen Welt

Männer tauchen in deutschen Medien vier Mal öfter auf als Frauen – das gehört geändert! In einer internationalen Zoom-Schleife spricht die Journalistin Mareike Graepel über ihre Arbeit als Irland-Korrespondentin für ein Frauen-Magazin. Mit dabei: Ihre Kolleginnen, die aus dem Libanon, aus Italien und aus Peru berichten. Fragen und Diskussion erwünscht!

Veranstalterin/Koordination: Mareike Graepel

Donnerstag  
**11.3. | 18-19.30 Uhr**  
Bestattungen Köller,  
Kaiserstr. 62,  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 35003,  
Bestattungen Köller  
entgeltfrei (max. 8 TN)

**\*VORSORGE – HEUTE SCHON AN MORGEN DENKEN**

Ein Leben lang im Eigenheim wohnen bleiben und dem Lebensende mit Gelassenheit entgegen blicken. In unserer Veranstaltung beleuchten wir beide Aspekte: Wie nutze ich mein Wohneigentum im Alter und wie sorge ich heute schon für eine würdevolle Bestattung, ohne die Angehörigen u. a. finanziell zu belasten. Wir laden Sie ein, die verschiedenen Möglichkeiten kennenzulernen, damit Sie für sich frühzeitig richtig entscheiden. Falls die Corona-Verordnungen es erfordern, findet die Veranstaltung online statt.

Veranstalterin/Koordination:  
Dipl. Ing. Architektur (FH) Pamela Rodenberg  
Leitung/Referentinnen: Pamela Rodenberg (Immobilien Rodenberg), Christiane Köller (Bestattungen Köller), Vanessa Scholz (Rechtsanwältin)

Donnerstag  
**11.3. | 19-20.30 Uhr**  
Online

Anmeldung:  
02366 106730,  
E-Mail: sucht@diakonie-kreis-re.de  
entgeltfrei

**FANTASIEREISEN UND ACHTSAMKEITSÜBUNGEN**  
Für Angehörige von suchtkranken oder psychisch erkrankten Menschen

Angehörige von Suchtkranken oder psychisch Erkrankten, oft Frauen, halten den Alltag der Familie aufrecht und meist auch dem Betroffenen den Rücken frei. Dabei werden sie leider häufig vergessen. Das möchten wir ändern. Deshalb gibt es zum Auftakt des Abends ein erstes Angebot für angehörige Frauen, sich etwas Gutes zu tun, zur Ruhe zu kommen. Einfach einmal nur etwas für sich tun. Danach besteht die Möglichkeit, wenn erwünscht, zum gemeinsamen Austausch.

Veranstalterin/Koordination: Fachstelle Sucht Herten, Sigrid Klappheck | Leitung/Referentinnen: Angela Buschmann-Rorowski, Carina Kocher-Reinke

Freitag  
**12.3. | 14-18 Uhr**

Samstag  
**13.3. | 10-14 Uhr**  
Franz-Hahn-Werkstatt,  
Herner Str. 56,  
45699 Herten

Anmeldung:  
02366 939560,  
E-Mail: k.feindert@caritas-herten.de

Kosten: € (max. 8 TN)

**\*FRAUEN GESTALTEN HOLZ – Holzbearbeitung mit Schleifen, Sägen, Bohren und Lasieren**

Frauen gestalten unter Anleitung ein dekoratives Holzbrett. Dieses wird ggfs. zunächst auf Maß gesägt. Ob es geschliffen oder lasiert werden soll, entscheiden die Frauen selbst. Für das Einbringen von Glaskugeln werden Löcher in das Holz gebohrt. Zum Schluss erfolgt das Anbringen einer Hängevorrichtung. Holz und Gleaselemente werden gegen einen kleinen Kostenbeitrag zur Verfügung gestellt.

Veranstalterin/Koordination: Caritasverband Herten e.V. Leitung/Referent\*innen: Karlheinz Feindert, Regina Grossart, Astrid Krüger

Sonntag  
**14.3. | 13 Uhr**  
Online

Keine Anmeldung erforderlich  
entgeltfrei

**EQUAL PAY DAY**

Der Equal Pay Day ist der internationale Aktionstag für Entgeltgleichheit zwischen Frauen und Männern. Frauen verdienen in Deutschland im Schnitt 19 Prozent weniger als Männer. Wir werden in Herten mit einem Video auf diese Situation eingehen. Anschauen können Sie dieses am Aktionstag auf der Seite der Stadt Herten: [www.herten.de/gleichstellung](http://www.herten.de/gleichstellung)

Veranstalterin/Koordination: Gleichstellungsstelle Herten

