

Frauen 2017

Samstag 18. März | 9:30 – 12:30 Uhr

Mein Handy von A bis Z **Workshop**

für Mütter mit Töchtern im Alter von 10 bis 13 Jahren
mit Eva-Lotte Heine (Internetexpertin, Medienpädagogin)
Neben Sicherheitseinstellungen und Anwendungsmöglichkeiten werden rechtliche Aspekte der Internet- und Smartphone-Nutzung behandelt.
Für den Workshop ist der Besitz eines Smartphones keine Voraussetzung!
VHS im Kreis Herford und femina vita, Mädchenhaus Herford e. V.
Anmeldung bis 10. März unter 05223.5905-32, M6167.3B | Eintritt: 5 Euro
■ femina vita Herford • Elverdisser Str. 4 • 32052 Herford

Samstag 18. März | 10 – 14:15 Uhr

Mut zur Lücke! **Workshop**

Neue Kraft nach Abschied, Trennung und Verlust
mit Gabriele Richter (Diplom-Pädagogin und Coach)
Jeder Verlust, jeder Abschied hinterlässt eine Lücke, ein schwarzes Loch oder einen tiefen Schmerz. Wir entdecken unsere Stärken, Ressourcen und Möglichkeiten, lösungsorientierte Klärung, Selbstsorge und Entspannung.
Volkshochschule im Kreis Herford
Anmeldung bis 10. März unter 05223.5905-32, M6325.3B | Eintritt: 22 Euro
■ VHS Herford • Münsterkirchplatz 1 • 32052 Herford

Samstag 18. März | 10 – 17 Uhr

Schlagfertigkeitstraining **Seminar**

mit Kornelia Schüler (Kompetenztrainerin, Psychologische Beraterin)
Erkennen Sie die Hintergründe der Schlagfertigkeit, erforschen Sie die Anwendbarkeit und trainieren Sie Ihre Durchsetzungsfähigkeit.
Volkshochschule im Kreis Herford
Anmeldung bis 10. März unter 05223.5905-32, M4070.3B | Eintritt: 49 Euro
■ VHS Herford • Münsterkirchplatz 1 • 32052 Herford

Samstag 18. März | 15 Uhr

Bedeutende Frauen der Stadt:

Wir feiern auch »100 Jahre Rathaus Herford«
Dr. Maria Hettenkofer, IPPNW Gruppe Herford, mit engagierten Frauen; in Kooperation mit der VHS im Kreis und den Gleichstellungsstellen von Kreis und Stadt Herford
■ VHS Herford: Aula • Münsterkirchplatz 1 • 32052 Herford

Sonntag 19. März | 11 Uhr

»Marie Curie« **Film**

»Was wäre der Mensch ohne die Neugier seines Geistes?« (M. Curie)
Die Regisseurin Marie Noëlle zeichnet das bewegte Leben der zweifachen Nobelpreisträgerin in mehreren Facetten: viele wissenschaftliche Erfolge, aber auch eine bislang unbekannt, private Seite – und damit das überraschende Bild einer starken Frau, die immer wieder von neuem für ihr Glück kämpfen muss. Dieser Film ist eine moderne Hommage an eine beeindruckende Wissenschaftlerin, die sich in einer von Männern dominierten Welt ihren eigenen Weg bahnt.
Eintritt: 5 Euro inkl. 1 Glas Sekt | (Einlass 10:30 Uhr)
AG kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford
■ Zentral-Theater Spenge • Poststraße 29 • 32139 Spenge

Montag 20. März | 10 – 12 Uhr

Ehe- und Lebensberatung **AWO Löhne**

Telefonische Beratung von Frauen
Barbara Gast-Rosner, Ehe- und Lebensberatung
AWO Kreisverband Herford e. V.
b.gast-rosner@awo-herford.de
■ Telefon 05732.6303 • Schützenstr. 1 • 32584 Löhne

Mo – Mi 20. – 22. März

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz **Seminar**

Handlungsmöglichkeiten und betriebliche Strategien
Referentin: Ulrike Heise, Lehrbeauftragte und Supervisorin
Seminar insbesondere für Gleichstellungsbeauftragte. Seminarziel ist, die vielfältigen Formen der direkten und indirekten sexuellen Diskriminierung auszuloten und Strategien der Gegenwehr zu entwickeln.
Arbeit und Leben DGB/VHS
Anmeldungen unter H. Bueren 05221.27691-77/78 • Kosten: 330 Euro Seminarpauschale zzgl. 280 Euro Unterkunft/Verpflegung
■ Hotel Waldesrand • Zum Forst 4 • 32052 Herford

Dienstag 21. März | 18 Uhr

Feminismus wo bist du?

Ein offenes Gespräch unter Frauen.
Gleichstellungsstelle des Kreises Herford
■ Kreishaus Herford: Raum 200 • Amtshausstr. 3 • 32051 Herford

Dienstag 21. März | 18 – 22 Uhr

Mädchen- und Frauenschwimmen

Das gesamte Freizeitbad wird ausschließlich für Frauen geöffnet und von weiblichem Fachpersonal betreut sein.
H2O Herford
Eintritt: 8 Euro für Frauen, 4 Euro für Mädchen bis 15 Jahre
■ Bad H2O Herford • Wieseestr. 90 • 32052 Herford

Dienstag 21. März | 19 Uhr

Durchsetzen ohne Worte **Impulsvortrag**

Informatives und Vergnügliches zu selbstbewusster Körpersprache
Susanne Volkmer (Entfaltungs-Werkstatt Bielefeld, Moderatorin)
Wie Sie von unbewussten Signalen zu Wirkungsverstärkern und Selbstbewusstsein gelangen? Power Posing, praktische Impulse und hilfreiche Tipps für ein überzeugenderes Auftreten.
Volkshochschule im Kreis Herford und AG kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford
Anmeldung bis 14. März unter 05223.5905-32, M1427.3B | Eintritt: 7 Euro
■ VHS Herford • Münsterkirchplatz 1 • 32052 Herford

Impressum

Herausgeber: Arbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford | Redaktion und schriftliche Gestaltung: Heidi Wagner • Gleichstellungsstelle • Gemeinde Kirchlengern | Grafik Design: Katrin Berkenkamp • Bielefeld • www.12zwolf.de | Druck: Druckerei Kleineberg • Kirchlengern | Auflage: 3500 Exemplare | Erscheinungstermin: Februar 2017

...und nicht vergessen: Am **18. März 2017** ist 10 Jahre Equal Pay Day!

Dienstag 21. März | 19:30 – 21 Uhr

Maria von Welser: Kein Schutz – nirgends

Frauen und Kinder auf der Flucht
Die Flüchtlingskrise aus weiblicher Perspektive:
Wo bleiben die Frauen und Kinder, die millionenfach beispielsweise aus dem Nahen Osten fliehen? Die vielfach ausgezeichnete Fernsehjournalistin, Publizistin und Autorin Maria von Welser ist dazu selbst in die Krisenregionen dieser Welt gereist und hat vor Ort recherchiert, warum die meisten Frauen buchstäblich auf der Strecke bleiben.
Gleichstellungsstelle, VHS und Bücherei der Stadt Löhne
Eintritt: 10 Euro; ermäßigt 5 Euro
Kartenvorverkauf/Kartenreservierung unter 05732.100588
■ Werretalhalle: Saal 2 • Alte Bündler Str. 14 • 32584 Löhne

Samstag 25. März | 9:30 – 12 Uhr

Interkulturelles Frauenfrühstück

Für die Basis des Büffets wird gesorgt. Jede Teilnehmerin wird gebeten, nach Möglichkeit eine Kleinigkeit zum Frühstück mitzubringen.
Ausschuss für Frauenarbeit (Ev. Kirchenkreis Herford)
Anmeldung bis 22. März unter 05221.988-3
■ Ev. Kirchenkreis Herford • Hansastr. 60 • 32049 Herford

Samstag 25. März | 10 – 15:30 Uhr

Gedankentausch **Workshop**

Mit positivem Denken und Achtsamkeit den Alltag bewältigen
mit Barbara Hoffmann (Autorin, Systemischer Coach)
Die Erfahrung, durch das eigene Denken und Handeln Veränderungen positiv beeinflussen zu können, ist eine der wichtigsten Ressourcen für ein gesundes Leben. Strategien für die Herausforderungen des Alltags.
Volkshochschule im Kreis Herford, »Frau trifft sich« und Gleichstellungsstelle der Gemeinde Kirchlengern
Anmeldung bis 17. März unter 05221.5905-32, M6308.5B | Eintritt: 22 Euro
■ Feuerwehrgerätehaus • Elsestr. 175 • 32278 Kirchlengern

Samstag 25. März | 10 – 17 Uhr

Meine Zukunft beginnt jetzt! **Workshop**

Gemeinsam und mit Methode zum Ziel
mit Babette Lissner (Germanistin und Autorin)
Unerfüllte Wünsche? Verlorene Talente? Ungelöste Probleme? Viele Ziele verstauben in unserem geistigen »Dachstübchen« – weil wir glauben, dass wir allein unseren Erfolg erarbeiten müssen. Doch Menschen, die bestärkt, gefördert und unterstützt werden, können vieles erreichen, was sie zuvor nicht für möglich gehalten haben – und das auf einem inspirierenden Weg.
VHS und AG kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford
Anmeldung bis 17. März unter 05221.5905-32, M1429.3B | Eintritt: 20 Euro
■ VHS Herford • Münsterkirchplatz 1 • 32052 Herford

Samstag 25. März | 19 – 24 Uhr

Frauenkulturfest

Frauen aus Spenge und Enger in Kooperation mit den Gleichstellungsstellen Spenge und Enger
■ Bürgerzentrum • Poststraße 6a • 32139 Spenge

Sonntag 26. März | 11 – 15 Uhr

»Von Frau zu Frau« **Flohmarkt**

An über 70 Ständen wird alles geboten, was Frauenherzen höher schlagen lässt: Von Handtaschen über Schuhe, Hüte, Tücher und Schmuck bis zur Osterdeko, Büchern und DVDs können hier Frauen auf Schnäppchenjagd gehen. Ein reichhaltiges Kuchenbüfett bietet Ruhe und Erholung.
Flohmarktteam und Gleichstellungsstelle der Stadt Löhne
Standanmeldungen am 27. 2. ab 8 Uhr unter 05732.100344 | Eintritt frei
■ Werretalhalle • Alte Bündler Str. 14 • 32584 Löhne

Montag 27. März | 10 – 12 Uhr

Ehe- und Lebensberatung **AWO Löhne**

Telefonische Beratung von Frauen
Barbara Gast-Rosner, Ehe- und Lebensberatung
AWO Kreisverband Herford e. V.
b.gast-rosner@awo-herford.de
■ Telefon 05732.6303 • Schützenstr. 1 • 32584 Löhne

Montag 27. März | 16 Uhr

Was die Kunst für Frauen bedeuten kann

Besuch im Atelier des Herforder Künstlers Jürgen Heckmanns
Jutta Heckmanns führt in die Kunst ihres Mannes ein.
Jutta Heckmanns und die Frauenstadtgruppe Herford
Anmeldung unter 05221.189-463 oder karola.althoff@herford.de
■ Atelier • Karlstr. 2a • 32052 Herford

Dienstag 28. März | 20 Uhr

Gedankentausch **Lesung**

und Praxistipps – Wie Sie Ihre Gedanken positiv verändern können
mit Barbara Hoffmann (Autorin und Coach)
Stadtbücherei und Gleichstellungsstelle der Stadt Bünde
Anmeldungen unter 05223.993400 oder stadtbuecherei@buende.de
Eintritt: 4 Euro
■ Stadtbücherei • Eschstr. 50 • 32257 Bünde

Mittwoch 29. März | 19:30 Uhr

Trennung und Scheidung **Vortrag**

– Rechtliche Fragen
mit Elisabeth Hoffmann-Gallhoff (Rechtsanwältin und Mediatorin)
Es geht um: Güterrecht, Ehwohnung, Trennung und Trennungsfolgen, Unterhaltsansprüche, Kindesumgang und Sorgerecht, Kosten des Scheidungsverfahrens, Scheidung und Scheidungsfolgen.
VHS im Kreis Herford, Bücherei und Gleichstellungsstelle der Gemeinde Kirchlengern | Eintritt frei
■ Gemeindebücherei • Ostermeiers Hof 1 • 32278 Kirchlengern



Unser Aktionsmonat

Arbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen im Kreis Herford

in Zusammenarbeit mit Frauengruppen, -initiativen und Frauen aus Vereinen, Parteien und Organisationen