

3,00 Euro

AUSGABE 2 August - November 2014



HELENE



Ohne uns ist alles nichts

Feminismus 2014



WIR BRAUCHEN FEMINISMUS, WEIL...

Braucht ihr Feminismus? Wir brauchen Feminismus !

„Wer braucht Feminismus“ heißt eine Aktion im Internet. Im April 2012 haben Studentinnen in den USA die Kampagne „Who needs feminism“ begonnen und in kurzer Zeit Tausende von Zuschriften aus aller Welt bekommen. Jasmin Mittag, eine junge Hannoveranerin, hatte die Idee, die Kampagne ins Deutsche zu übertragen. Im Oktober 2012 ging es los: Unter www.werbrauchtffeminismus.de werden seitdem Aussagen von Frauen und Männern, Mädchen und Jungen zu Feminismus gesammelt. Herausgekommen ist bisher eine beeindruckende Anzahl von Statements, mit denen sich Einzelpersonen und Gruppen mit Foto auf der Website präsentieren und fröhlich, vielfältig und überzeugend ihre Haltung in dieser Gesellschaft dokumentieren. Es ist interessant, dort zu stöbern. Und: Jede und jeder kann mitmachen – es ist ganz einfach!

Wir, die HELENE-Redaktion, sind auch dabei. Unsere Fotos und unsere Aussagen sind auf der Website zu finden. Und wir haben noch mehr Sätze gesammelt, die wir hier überall ins Heft eingestreut haben...

Übrigens: Am 17. Juli wurde im Neuen Rathaus Hannover eine Wanderausstellung „Wer braucht Feminismus“ mit den Fotos eröffnet.

Brigitte Borchers



INHALT

Editorial	3
Impressum	3
Titelthema	4
Feminismus	
Interviews	12
zum Titelthema	
Literatur	16
Claudia Koppert	
Portrait	18
Prof.in Dr. Inge Hansen-Schaberg, Gesine Griephan	
Das grüne Gewissen	23
Hokuspokus	23
Bemerkenswert-Nennenswert-Bewundernswert	24
Tipps	
Lesenswert	27
Besuchenswert	28
Hörensenswert	29
Sehenswert	30
Termine	31
Treffpunkte	36
Durch den Magen	37
Rat + Tat	37
Leserinnenseiten	38
Kaffeepause	42
Rätsel	

EDITORIAL

Liebe Frauen,

zufrieden präsentieren wir hier unsere neue HELENE zum Thema „Feminismus“.

Es war spannend für uns alle, uns mit dem Thema auseinanderzusetzen. Und wir sind auf viele überraschende Reaktionen gestoßen bei unseren Recherchen – von totaler Ablehnung bis hin zu großer Begeisterung. Frauenbewegung, Emanzipation, Feminismus sind anscheinend noch immer sehr umstrittene Begriffe, manche Interpretation hat uns erstaunt.

Wir nehmen das als Herausforderung, auf unsere Art vielleicht mit Missverständnissen und Intoleranz aufzuräumen und hoffen, dass Sie an der Lektüre Freude haben!

Noch kurz an diejenigen, die auch die EMMA lesen: Unsere Auto-Nummer war zwar fast zeitgleich, aber vor der EMMA - das Thema lag wohl in der Luft?

Dieses Heft ist ausnahmsweise teurer. Wir möchten das Thema „Feminismus“ zum Anlass nehmen, ein Frauenprojekt in Rotenburg zu unterstützen. Der eine Euro mehr pro Heft wird der Beratungsstelle Wildwasser Rotenburg zugute kommen.

Die HELENE-Redaktion

Herausgeberin
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt
Rotenburg (Wümme)
Brigitte Borchers

Redaktion
Brigitte Borchers, Britta Riebeschl
Kathrin Hammermeister, Indra Sahlin und
Frauke Steinmüller

Redaktionelle Mitarbeit
Alle Autorinnen der zugesandten Beiträge.

Die mit Namen gekennzeichneten Texte
stellen nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion dar. Eingegangene Manuskripte
werden nicht zurückgesandt. Die Redaktion
behält sich die Veröffentlichung und ggf.
Kürzung derselben vor.

Ausgabe: 02-2014
Erscheinungsweise: 3 Ausgaben jährlich
Auflage: 500

Anzeigen über Brigitte Borchers

Fotos: Britta Riebeschl, Kathrin Hammer-
meister, Brigitte Borchers, Cathérine Borchers,
Ragna Reusch-Klinkenberg, Tanzfoto: Ullstein
sowie private Fotos der interviewten Frauen

Satz & Layout
FreshColor GbR, Rotenburg

Druck
Druck & Medien Kontor
Fahlbusch + Hamelberg GmbH

Kontakt
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt
Rotenburg (Wümme)
Brigitte Borchers
Große Straße 1, 27356 Rotenburg
Tel: 042 61 / 71-222
E-Mail: helene@rotenburg-wuemme.de

IMPRESSUM

Ausgabestellen:

Informationsbüro der Stadt Rotenburg (W.),
Große Straße 1, Rathaus

Stadtbibliothek, Kantor-Helmke-Haus,
Am Kirchhof 10, Rotenburg (Wümme)

Bahnhofskiosk

Buchhandlung Müller, C. Mansfeld

Buch & Aktuelles, Astrid Schloo

Café Haake-Meyer

Fashion-Tree

Buchhandlung van der Pütten, Sottrum

"Munke und Struckmeier", Bahnhofstr. 12,
Zeven

u.a.

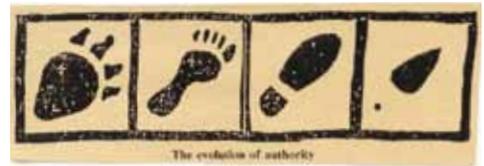
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe der HELENE: 15.11.2014

FEMINISMUS - NA, KLAR ... ?

Das Heft ist fertig, die Beiträge sind geschrieben und ich denke für diesen Leitartikel darüber nach, was jetzt noch fehlt, was Sie zum Thema interessieren könnte und worüber ich gut genug Bescheid weiß, um darüber zu schreiben.

Die jahrhundertlange Geschichte der Frauenbewegungen fehlt zum Beispiel noch im Heft. Ich könnte vielleicht darüber schreiben, dass die Französische Revolution die Frauen vergessen hat ("Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit"...). Dass Frauen, die nach Bildung strebten, Anfang des 19. Jahrhunderts als Blaustrümpfe verspottet wurden. Dass Frauen in den Zeiten der revolutionären Bewegungen um 1848 zwar vermehrt begannen, gleiche Rechte einzufordern und zum Beispiel eigene Zeitungen gründeten - aber politisch rechtlos blieben. Dass in England Anfang des 20. Jahrhunderts die Suffragetten für das Frauenstimmrecht ihr Leben auf's Spiel setzten. Dass Frauen in Neuseeland seit 1893, in Deutschland seit 1919 Wahlrecht haben, in England seit 1928, in der Schweiz erst seit 1971 und Liechtenstein seit 1984! Dass während der Nazizeit die Frauenerwerbstätigkeit eingeschränkt wurde und der Anteil der Studen-

tinnen nicht höher sein durfte als 10 Prozent. Ich könnte darüber schreiben, dass es 1949 nur gegen großen Widerstand und erst nachdem Frauen wäschekorbeweise Briefe und Karten an den Parlamentarischen Rat geschickt hatten, zur Einführung des Grundgesetz-Artikels "Männer und Frauen sind gleichberechtigt" kam. Und dass es dann noch mehrere Jahrzehnte gedauert hat, bis die letzten gesetzlichen Ungleichheiten beseitigt waren. Ich könnte über die große Friedensbewegung der Frauen gegen Wiederaufrüstung in den fünfziger und sechziger Jahren schreiben. Oder über die Frauenbewegung der 70er und 80er Jahre, die unter dem Slogan "Das Private ist politisch" Gewalt gegen Frauen und den Paragraphen 218 thematisierte, die ersten Frauenhäuser einrichtete und Frauenprojekte, Frauenkneipen, Frauenzentren, Frauenbuchläden sowie Frauenzeitschriften und Frauenverlage gründete. Oder über das "Internationale Jahr der Frau" 1975 und über die großen Uno-Frauenkonferenzen zwischen 1975 und 1995. Vielleicht würde es Sie auch interessieren, dass Frauen in der evangelisch lutherischen Kirche bis 1958 nicht Pastorin werden konnten - in Bayern bis 1975 - und dass sich manchmal Angehörige auch heute noch weigern, eine Beerdigung von einer Pastorin begleiten zu lassen...



dige Wiederholung von Geschlechterstereotypen wie "Alle Frauen haben einen Schuhtick" oder "Frauen denken nicht mathematisch" und so weiter... Durch den Einfluss von sexualisierter Werbung oder Sendungen wie "Germany's next Topmodel". Durch das Betreuungsgeld. Durch den populär werdenden Antifeminismus.

Darum freue ich mich sehr über die Menschen, die das Rad noch halten und das Zeug haben, es wieder schwungvoll in Bewegung zu setzen. Zum Beispiel Bundesministerin Manuela Schwesig, die sich mit Empathie und politischem Sachverstand für Frauenpolitik stark macht. Oder Stevie Schmiedel, die Pinkstinks gegründet hat. Und Jasmin Mittag mit der Kampagne "Wer braucht Feminismus". Anne Wizorek mit #Aufschrei, dem Hashtag gegen Sexismus. Oder die tollen Frauen der Missy-Magazine-Redaktion, die WissenschaftlerInnen landauf landab, die Gender-Studiengänge begleiten und die Kolleginnen in der institutionalisierten Frauenpolitik und - ach, es sind ja doch einige, zum Glück! Aber sie brauchen unsere Unterstützung.

Auch darum haben wir dieses Thema für dieses Heft gewählt. Wir wollten signalisieren: Wir sind dabei, wir interessieren uns für die heutigen emanzipatorischen Bewegungen und haben keine Angst vor Schubladendenken. Feminismus ist facettenreich, streitbar und durchaus widersprüchlich. Es müssen nicht alle konform gehen mit theoretischen Ansätzen, die Geschlecht an sich dekonstruieren wollen oder mit Aktionen wie denen der Femmen-Frauen. Ich erlebe junge Feministinnen, die mit Schwung und Leichtigkeit und völlig undogmatisch für Emanzipation streiten. Schade, dass der Begriff Feminismus und andere, die damit zusammen hängen von vielen dennoch geringschätzig bewertet wird. Wir sollten diese Abwertungen nicht mitmachen. Bezeichnen Sie mich gerne als Quotenfrau, Blaustrumpf oder Emanze. Als Feministin freue ich mich darüber.

Uns, die HELENE-Redaktion, interessierte: Was heißt Feminismus für jede von uns? Verbinden wir damit eine Ideologie? Ist es ein Sammelbegriff für den weiblichen Blick auf die Welt? Steht er für eine Suche nach Gerechtigkeit? Was verbinden junge Frauen damit?

Vielleicht reicht Ihnen ja auch schon diese kleine Aufzählung - ich finde jedenfalls, daran ist abzulesen, dass Gleichberechtigung nicht selbstverständlich ist. Es ist auch noch lange nicht alles erreicht und vor allem bei weitem nicht überall auf der Erde. Aber das, was erreicht wurde, verdanken wir Feministinnen, die sich, sehr häufig begleitet von Hämie und öffentlicher Verachtung, für Geschlechtergerechtigkeit eingesetzt haben.

Und wir müssen uns auch weiterhin einsetzen für unsere Belange, sonst dreht sich das Rad wieder zurück. Manchmal fürchte ich, es beginnt schon sich zurückzudrehen... Zum Beispiel durch die Verbreitung von Rollenklischees durch die Medien. Durch die stän-



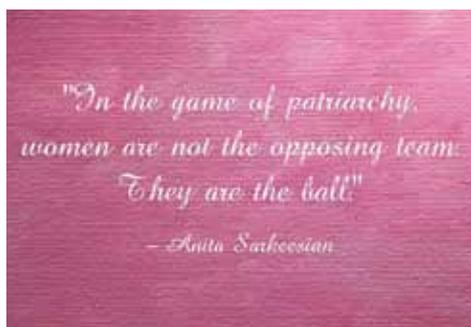
Karikatur von Honoré Daumier, 1844

D. 1248. Eine Frau wie ich ... einen Knopf annähen? ... Sie sind verrückt! ... Das wird ja immer schöner! ... es genügt ihr nicht, daß sie die Hosen anhat ... sie muß sie mir auch noch an den Kopf werfen! ... Nr. 28 aus der Serie „Die Blaustrümpfe“. 1844.



Und was die Frauen meiner Generation? Was nervt, was macht Mut? Wir wollten wissen, was die Rotenburgerinnen dazu meinten. Und wir wollten gern mit Vorurteilen aufräumen.

Ob uns das gelungen ist, müssen Sie als Leserin entscheiden. Wir haben in der Redaktion kontrovers diskutiert und sind auch nicht immer einer Meinung. Das können wir aushalten.



Einig sind wir uns darin, dass es uns wichtig ist, dass alle miteinander ein gleichberechtigtes und freies Leben führen können. Und dass wir diejenigen unterstützen wollen, die unabhängig und selbstbestimmt leben möchten und es nicht können.

Wir wissen, dass viele sehr gespannt sind auf diese Ausgabe der HELENE, die wiederum viel später fertig geworden ist als geplant. Viele Frauen haben engagiert mitgemacht und sehr persönliche Beiträge geschrieben. Herzlichen Dank! Und vielleicht können wir ja das, was jetzt noch zu kurz gekommen ist, an anderer Stelle später noch vertiefen...?

In Schweden ist übrigens gerade die Feministische Partei ins Europäische Parlament gewählt worden und ist nach Umfragen auf dem besten Wege, auch den Sprung ins Nationale Parlament zu schaffen.

Also: Streiten Sie weiterhin mit für Geschlechtergerechtigkeit! Und keine Angst vor feministischen Positionen! Egal, ob Sie sich nun als Feministin sehen oder nicht...

Brigitte Borchers

Ist Gleichberechtigung schon erreicht?

Wir können heute wählen und wir sind in jedes Amt wählbar.

Trotzdem gibt es noch immer deutlich weniger Frauen als Männer in den Parlamenten.

Wir können heute entscheiden, ob und wieviele Kinder wir bekommen oder eben nicht.

Aber die Rahmenbedingungen für eine egalitäre Aufgabenteilung zwischen Müttern und Vätern stimmen noch nicht.

Wir können studieren und jeden Beruf erlernen.

Trotzdem wählen die meisten jungen Frauen traditionell "frauentypische" und weniger gut bezahlte Berufe und Frauen verdienen im Durchschnitt 22% weniger als Männer. Und in Führungspositionen gelangen sie nur schwer.

Wir haben das Recht auf körperliche Unversehrtheit.

Dennoch werden sehr viele Frauen und Mädchen Opfer von Gewalt.

Wir sind gleichberechtigt.

Aber wir werden sprachlich meistens übergangen. Sprache ist die Kleidung der Gedanken und wer nicht mitgesprochen wird, wird auch nicht mitgedacht.

Die HELENE-Redaktion

POLITIK BRAUCHT FRAUEN

Mentoring-Programm zur Kommunalwahl 2016 startet

Das Niedersächsische Mentoring-Programm zur Gewinnung von Frauen für die Kommunalpolitik startet zum fünften Mal. Unter dem Motto "Politik braucht Frauen!" können sich interessierte Frauen auf eine Kandidatur zur Kommunalwahl 2016 vorbereiten. Erste Informationen sowie Anmeldeformulare für Mentees, Mentorinnen und Mentoren finden Sie unter www.vernetzungsstelle.de. Eine eigene Website zum Programm wird demnächst online gehen.

Aus: Newsletter August 2014 der Vernetzungsstelle für Gleichberechtigung, Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte, Hannover



FEMINISMUS GLEICHBERECHTIGUNG EMANZIPATION SOLIDARITÄT MENSCHLICHKEIT

„Die Weiber sind zäh und stark wie Esel und backen gutes Brot mit viel Rosinen drin.

Aber wenn man sie reizt, gehen sie unmittelbar zum Angriff über.... Genau das!

Duckt euch, ihr Burschen im Kanzleihaus...! Sie laden schon ihre Waffen.“

Astrid Lindgren
(aus „Steine auf dem Küchenbord“)

Was mir hier immer wieder auffällt, wenn ich aus Schweden komme, ist das Oben/Unten-Denken. Ich bin schon als Schulmädchen auf Gleichheit gepolt worden.

Zur Zeit wird in Schweden diskutiert, die Geschlechter sprachlich zu neutralisieren, so dass beide Geschlechter sich angesprochen fühlen. Ein Gleichheitsideal mit Individualismus. Fast die Hälfte der Parlamentsabgeordneten sind Frauen, 60% der Universitätsabsolventen auch. Ich selber war in der Ganztagschule, meine Mutter war immer berufstätig. Dass ich als Frau eigenes Geld verdiene – selbstverständlich!

Über die Liebe bin ich in Deutschland gelandet, habe mich hier auch mit der Zeit angepasst (leider). Vieles ist mir schwergefallen. Ein Bei-

spiel: Meine Mutter ist in zweiter Ehe (1982) von einer Pastorin getraut worden, die mit einer Frau verheiratet war. In Schweden ok, aber wenn ich es hier erzählt habe: Verwunderung, Erstaunen, Kopfschütteln.

Ungleichheit erlebe ich hier oft, nicht nur für Frauen. Das produziert unter anderem Misstrauen, Statusangst, Krankheit und Gewalt und erschwert den sozialen Aufstieg. In Deutschland ist für die meisten Kinder immer noch der soziale Status der Eltern ausschlaggebend für die spätere berufliche Wahl und Karriere. Kein Wunder, dass Frauen in diesem Lande sich viel, viel mehr anstrengen müssen - oft dem Burnout nahe - und um nach oben zu kommen, es den Männern häufig gleich tun, bedauerlicherweise...

Es geht doch auch anders ?

In Schwedischen gibt es ein Sprichwort: „EN AN ÄR SO GOD SOM EN AN“. Übersetzt: „Einer ist so gut wie der andere“, also, alle sind gleich, gleichwertig. Daher auch das Duzen und die Möglichkeit, die Steuererklärung des Nachbarn einzusehen, es werden keine Unterschiede gemacht.

Deutschland erlebe ich als ein männlich geprägtes Land, hier haben männliche Werte Vorrang. Warum setzen wir uns als Frauen

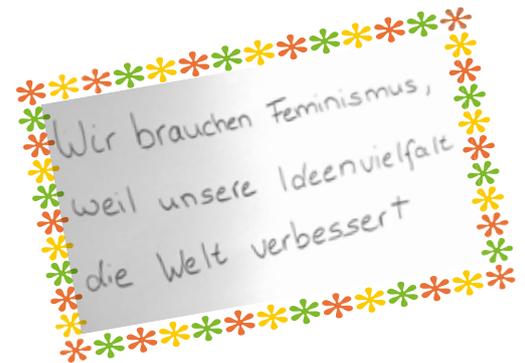
nicht noch viel mehr für weibliche Werte ein? Erkennen können wir dies am besten in den sogenannten typisch weiblichen Berufen, die oft einen hohen Einsatz verlangen, aber unterbezahlt sind.

Hier fehlt Solidarität - was könnten Frauen in diesem Land erreichen an Stärke und Gerechtigkeit, wenn da ein gutes Zusammenspiel wäre?!

Heute: Zwei Erwachsene Kinder und eine Enkelin - sicher ein wesentlicher Grund warum ich noch hier lebe.

Trotzdem fühle ich mich als weibliches Wesen in Schweden freier und mehr gleichberechtigt.

Indra Sahlin



WEIBLICH, MÄNNLICH... MENSCHLICH

Hausfrau, typisch Mann - typisch Frau, Hausmann, „Die Päpstin“, Männerkuss zur Begrüßung, Herrensauna, Frauen in der Politik, schwule Männer spielen Fußball? Motorsägen für Frauen, lesbische Frauen beim Synchronschwimmen? Alleinerziehender Vater, Feminismus, „Tootsie“, Herrenwahl, Mädchen – Junge Hauptsache gesund, Friedfischkönigin, Kartoffelkönig, wie heißen männliche Schnecken? Schnecken sind Zwitter!

Männerhäuser, Krankenschwester, Krankenbruder, Maskulismus, HORST & HELENE, „Werden als Kind schon auf Mann geeicht“, ich liebe meine beste Freundin, Frau bezahlt die Rechnung - wenn sie kann, Putzfrau, der Respekt und die Achtung, strickende Männer,

Damenwahl, Putzmann, Frauenarzt, Männerärztin, Frauenhäuser, Politesse und Politeur, starke Männer, starke Frauen!

Vor Gott sind alle gleich! Ich liebe meinen besten Freund, Frauenwitze, tanzende Männer, Frau sein dürfen/Mann sein dürfen - Mensch sein einfach nur sein, lange Haare, kurze Haare, Achselhaare, Hebamme und Hebammer, der Fluss und die Strömung, alleinerziehende Mutter, Damensauna, Mann bezahlt die Rechnung - wenn er kann, „Oh yes it's ladies night“, der die das - wer wie was - wieso weshalb warum?

Kathrin Hammermeister



WAS MÖCHTEST DU MAL WERDEN?

In diese Helene wollten wir auch die Jüngsten einbeziehen. Wenngleich das Thema 'Feminismus' in der Welt von Mädchen im Alter von 6 bis 10 Jahren wohl noch keine Rolle spielt, so wollten wir dennoch zeigen, welche Träume und Wünsche sie für ihre Zukunft haben. Welchen Beruf diese Mädchen einmal erlernen möchten oder was sie einfach gerne mal sein würden.

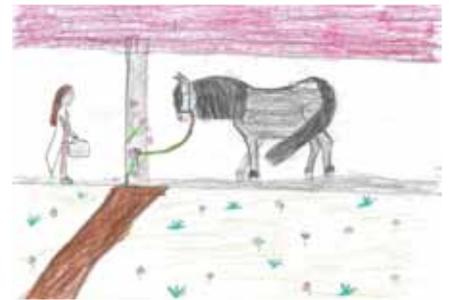
Im Frühjahr sprach ich mit Ulrike Hammer, der Leiterin der Montessorigrundschule in Rotenburg. Sie war auf eine offene und unkomplizierte Art sofort begeistert von dieser Idee und

ließ mit ihrer Kollegin Caterina Qualmann die Mädchen aus beiden Klassen Bilder zu diesem Thema malen.

Welche wunderschönen, farbenfrohen und berührenden Werke aus dieser Vorgabe entstanden sind, können Sie verteilt auf allen Seiten dieser Ausgabe bewundern.

Wer weiß, ob wir nicht in einigen Jahren mit Luise eine gute Bürgermeisterin haben werden oder Paula uns frische Eier von glücklichen Hühnern verkaufen wird.

Kathrin Hammermeister



Emma, 9 Jahre, Tierärztin



Lynn Marie, 10 Jahre, Gestütsbesitzerin



Luise, 8 Jahre, Bürgermeisterin



Cornelia, 10 Jahre, Designerin

Nachdenken über russische Frauen und deutsche Feministinnen

Hallo, liebe Leserinnen und Leser der Zeitschrift "HELENE". Mein Name ist Natalia Mironova, ich bin 50 Jahre alt und lebe seit etwas mehr als einem Jahr im gastfreundlichen Deutschland.

Ich bin der Chefredakteurin Brigitte Borchers sehr dankbar, dass sie mir die Möglichkeit gegeben hat, meine Ansichten über russische Frauen und Feminismus im Westen auszudrücken und ich freue mich auf Ihre Feedbacks zu meinem Artikel.

Ich beziehe mich in diesem Artikel nur auf meine persönlichen Erfahrungen und auf Informationen, die ich im Laufe meines Lebens durch die Medien sammeln konnte. Im Voraus entschuldige ich mich bei den russischen Frauen, die meine Ansichten nicht teilen können. Es war für mich nicht einfach zu diesem Thema zu schreiben, weil ich das Problem des Kampfes der Frauen für ihre Rechte so objektiv wie möglich beschreiben möchte. Deswegen habe ich einige meiner russischen Freundinnen, die in Russland und Deutschland leben, befragt. Alle Befragten äußerten sich bezüglich dieses Themas ähnlich.

Wir brauchen Feminismus, weil wir keiner die Hälfte des Himmels freiwillig überlassen.

Ich entschloss mich, das Verhalten der russischen Frauen und der westlichen Feministinnen zu vergleichen. Es ist mir aufgefallen, dass die

Frauen in den Karnevalshochburgen an der Weiberfastnacht den Männern ihre Kravatten abschneiden. Ich las, dass dies als Symbol für die Kastration gesehen werden könnte. Russische Frauen kämen nicht auf diese Idee, im Gegenteil, sie würden ihre Männer sogar davor schützen wollen, auch wenn diese betrunken sind.

Mir ist auch aufgefallen, dass russische Frauen

gerne in der Öffentlichkeit flirten. Das stärkt nach ihren Angaben ihr Selbstwertgefühl und macht gute Laune. Nach meinen Beobachtungen brauchen die westlichen Feministinnen das alles nicht. Sie wollen unabhängig sein, deswegen wollen sie für sich selbst im Restaurant bezahlen oder ihre schweren Koffer alleine tragen, während die russische Frau einen Mann bitten würde, ihr dabei zu helfen.

Es gibt in Russland die verbreitete Meinung, dass Feministinnen im Westen keine sehr weibliche und auffällige Kleidung tragen möchten. Im Gegenteil zu ihnen möchten russische Frauen immer schön aussehen, sie tragen oft und gerne Stiefel mit hohen Absätzen, schicke Röcke und Kleider sowie goldene Schmucksachen, weil es ihnen ein Gefühl der Selbstsicherheit gibt. Selbst wenn sie einkaufen gehen, machen sie sich oft schick. Sie freuen sich an den Blicken anderer Leute.

So wie es die Unterschiede zwischen russischen und westlichen Frauen gibt, so gibt es diese auch zwischen den Männern beider Länder.

Im Durchschnitt helfen viele westliche Männer gerne ihren Frauen im Haushalt und nehmen an der Erziehung der Kinder teil, während dies bei den russischen Männern seltener ist.

Männer im Westen sind ruhiger und toleranter als die Russischen. Der Grund dafür könnte die Sicherheit in Hinblick auf ihre Zukunft sein. Sie sind sportlich, deswegen haben sie meiner Meinung nach eine bessere Gesundheit, da einige von ihnen von Kindheit an bis ins hohe Alter Sport treiben und in verschiedenen Sportvereinen tätig sind. Während russische Männer mehr Alkohol trinken und rauchen. Abends haben sie keine Möglichkeit in die Sportvereine zu gehen, weil es diese einfach nicht gibt. Die einzige Möglichkeit wäre, Freunde beim Angeln oder beim Autoreparieren zu treffen, wo es normalerweise immer etwas zum Feiern gibt. Zu diesen Anlässen wird dann wieder

Alkohol konsumiert. Wie man sagt: „Andere Welten, andere Sitten.“

In Russland gibt es schon seit dem zweiten Weltkrieg durchschnittlich mehr Single-Frauen. So wie es früher war, ist es auch heute: Egal wie der Mann ist, hilflos oder schlau, kräftig oder dünn, wird er von seiner Freundin, seiner Frau, seiner Mutter wertgeschätzt. Dabei fühlt er sich auch wie das Oberhaupt von der Familie. Aber bis heute erledigt die russische Frau die ganze Arbeit im Haus und im Garten alleine. Dort hat sie die führende Position.

Russische Frauen verfügen über ein unglaubliches Potenzial. Sie haben sich daran gewöhnt, hart zu arbeiten und für ihre Mühe kein großes Geld zu bekommen, obwohl sie früher mehr arbeiteten als die Männer.

Wenn die Beziehung zwischen dem Mann und der Frau in Russland nicht funktioniert, ist die Scheidung die einzige, effektivste Lösung.

Es fällt mir nicht leicht, darüber zu schreiben, da ich immer in der Familie versucht habe, mich meinem Mann anzupassen und nie auf die Idee kam, mich gegen ihn zu stellen, selbst wenn ich unzufrieden war. Oft trösten sich die russischen Frauen mit dem Gedanken, dass es den anderen Frauen noch schlimmer geht und bald die besseren Zeiten kommen. Sie machen alles, ertragen vieles, damit der Mann in der Familie bleibt.

Ich denke, dass im Kampf der Geschlechter nicht vergessen werden sollte, sich selbst glücklich zu machen. Denn wie man es macht, entscheidet jede Frau für sich selbst, egal, wo sie lebt, in Deutschland oder in Russland.

Mit freundlichen Grüßen
Natalia Mironova

Wir brauchen Feminismus, weil wir Weiblichkeit lieben, aber nicht darauf reduziert werden möchten.



Pauline, 6 Jahre, Tierärztin

Bedeutet Feminismus nicht auch das Recht auf Selbstbestimmung?

Ich habe mich sehr auf unser neues Thema Feminismus gefreut. Nicht ohne Grund schreibe ich für die HELENE, denn Frauen beschäftigen mich in ihrer Vielfalt, ihrer Kreativität, ihren multiplen Fähigkeiten in herausfordernden Situationen und nicht zuletzt in ihrer Schönheit.

Doch je mehr ich mich damit beschäftigte, desto schwieriger wurde für mich die Definition von Feminismus.

Feminismus ja, aber um jeden Preis?

Oft habe ich ein unangenehmes Gefühl gehabt, wenn in Formularen die Frage nach dem Beruf gestellt wurde oder es in Gesprächen ziemlich schnell zum Thema „und was machst Du so“ kam.

Sicher hatte ich Schulausbildung und Berufsausbildungen hinter mir, aber nun war ich Mutter und Hausfrau. Beruf Mutter? Beruf Hausfrau? In der Steuerjahresabrechnung bekomme ich es schriftlich - Ehefrau Einkommen: 0. Wie wertig fühlte ich mich in den Phasen, in denen auch ich sagen konnte: „Ich arbeite“.

Aber, was steckt denn eigentlich hinter diesem Gefühl?

Sicher hat mir das Arbeiten in geringfügig entlohnten Jobs Freude gemacht, das lag am Austausch mit Menschen, die mich nach wie vor in all ihren Facetten faszinieren und an den gut gewählten Arbeitgebern. Das Geld war den Aufwand und die Unruhe in unserem Familienmodell dann aber nicht wert.

Wenn ich lese, dass bei einer Familie mit vier kleinen Kindern (alle unter 11 Jahre), in der beide Elternteile arbeiten wollen, ein komplettes Gehalt für die Kinderbetreuung drauf geht, ist das schon Wahnsinn.

Was mich nicht feministisch beeindruckt, ist eine Politikerin (ich erinnere mich nicht mehr, welche es war), die stillend im Bundestag sitzt

und somit eine moderne Frau repräsentieren will oder soll. Auch nicht ein stillendes Fotomodell (natürlich schlank), die für das nächste Shooting nebenbei frisiert, manikürt und dann als multitaskingfähig beschrieben wird. Meine Distanz liegt bei diesen Beispielen nicht an der Öffentlichkeit des Stillens.

Der Leistungsdruck, dem Frauen in der heutigen Zeit ausgesetzt sind, ist immens und ich habe manchmal das Gefühl, sie fechten es leider oft unter einander aus, an Stelle von Empathie für einander und das macht es nicht leichter.

Ein Satz, den ich mit Kreide an die Wand eines Hamburger Kindergartens geschrieben sah – Wir nehmen Kinder ab 6 Monaten – ließ in mir, aus dem Bauch heraus, den Gedanken aufkommen darunter zu schreiben „wie traurig!“ Der Bericht über eine Umfrage zur Bedarfsermittlung einer Einrichtung mit 24 Stunden Betreuung in Rotenburg stand vor Wochen in der Kreiszeitung, ohne einen einzigen Leserbrief als Reaktion. Ist das Thema hier auf dem Lande zu absurd oder besteht wirklich ein Bedarf? In diesen Einrichtungen müssen Erzieherinnen z. B. Stuhlgangzeiten und Flaschenzeiten der Babys bzw. Kinder aufschreiben, damit Eltern den Überblick behalten.

Zur Rechtfertigung zählt sicher immer das Argument, dass viele Mütter ihre Babys und Kinder so früh wie möglich in die Obhut anderer geben müssen. Müssen, das ist aber doch der feine Unterschied. In diesen Fällen ist es notwendig Menschen zu haben, die sich so gut wie möglich kümmern. Mir drängt sich aber schon seit längerer Zeit der Verdacht auf, dass es die Alternativen für Mütter und Väter nicht mehr gibt oder nicht mehr geben soll.

Feminismus heißt für mich die Wahl zu haben, wie ich mein Leben leben möchte und mich nicht rechtfertigen zu müssen, wer in der Familie das Leergut wegbringt, einkauft oder das Klo putzt. Wenn Frauen eine gute Möglichkeit haben, trotz ihrer kleinen Kinder wieder ins Berufsleben zu gehen, kann das ein guter Weg sein, es fehlt jedoch so manches Mal der Respekt vor den Frauen, die einen anderen Weg einschlagen. Es gibt sie quasi nicht. Weder in der Politik noch im realen Leben.

Das neue Rollenmodell ist für mich eine Frau, die eine Wahl hat und die, wenn sie entscheiden hat sich selbst um ihre Kinder oder ihr Kind zu kümmern, nicht als unselbstständig und konservativ abgestempelt werden will. Sicher gehört,

wie in allen Lebenslagen und -konzepten, der richtige Partner oder die richtige Partnerin dazu und ein Idealfall wäre eine genaue Teilung der „Familienangelegenheiten“, aber den Idealfall gibt es *noch* nicht und die Wahrheit liegt immer irgendwo dazwischen. Es existieren verschiedene Familienmodelle, die gelebt werden wollen und können, sie brauchen aber Unterstützung, Anerkennung und vor allem Loyalität aus der Gesellschaft, um gut zu bestehen.

Heute, da ich dies schreibe, ist der 19. April, der Tolerance Day. Ein schöner Zufall.

Kathrin Hammermeister

Wir brauchen Feminismus,
weil das Gleichgewicht noch nicht erreicht ist...



Masha, 8 Jahre, Reitlehrerin



Lucia, 6 Jahre, Königin



Martha, 7 Jahre, Reitlehrerin

GENDER IN DER SPRACHE

Gender (= Geschlecht), kommt sprachlich aus dem Englischen. Während es in der englischen Sprache zwei Wörter für Geschlecht gibt, nämlich sex (dt.: biologisches Geschlecht) und gender (dt.: psychologisches, soziales und kulturelles Geschlecht), gibt es diese sprachliche Unterscheidung im Deutschen nicht.

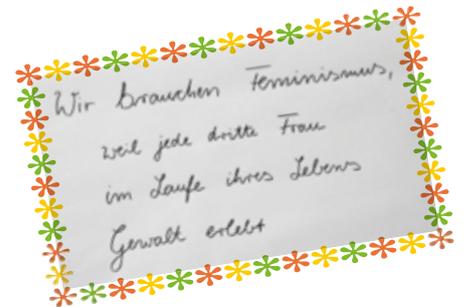
Bei Gender in der Sprache geht es um das Vermeiden von Diskriminierung des jeweils anderen, nicht genannten Geschlechts, die beide Geschlechter umfassende Schreibweise in sprachlichen Kontexten. Etwa bei Stellenausschreibungen, die immer für m/w ausgeschrieben sein müssen. Bereits im Jahr 2000 sind dazu Gerichtsurteile ergangen, in 2002 folgte eine Gender-Richtlinie auf europäischer Ebene. Den Sponti-Spruch „als Gott den Mann schuf, übte sie nur“ habe ich durch meine Jugend geschleppt. Er macht hervorragend deutlich, dass vermeintlich neutrale Personenbezeichnungen hinterfragt und geändert werden können. Nicht von ihr erfunden, aber Ende der 1980er

Jahre von ihr populär gemacht, hat die Tageszeitung taz das bei Personengruppen beide Geschlechter erfassende Binnen-I, z.B. LeserInnen statt Leser/-innen in der Schriftform eingeführt. Heutzutage machen es sich viele Redaktionen wieder ganz einfach, da lesen wir dann „die Leser“. Natürlich seien die Leserinnen hier mitgemeint. Haha, ja klar! Genderneutral zu schreiben oder männliche und weibliche Formen auszuschreiben ist ihnen aber zu umständlich und darum werden Frauen und Mädchen (eben alle, die nicht männlich sind) in Printmedien einfach weggekürzt. Auf ausführlicher - oder eben neutraler - Schreibweise zu bestehen ist alberne Ansterei? Von wegen! Wer nicht mitgeschrieben wird, wird auch nicht mitgedacht. Was also tun? Neuerdings beginnt sich in Texten die Unterstrichvariante durchzusetzen: Leser_innen. Nicht nur Menschen, die in das Frau/Mann-Schema hineinpassen, sondern auch denen, die sich anders definieren,

wie Intersexuelle oder Transgender, wird die Lösung mit der kleinen Lücke, dem Gender-Gap, gerecht. Sehr einfach könnte auch „alle, die lesen“ oder „Lesende“ eingesetzt werden. Andere Beispiele für neutrale Begriffe: statt Mitarbeitergespräch (männlich!) - Qualifikationsgespräch, statt „Arbeitnehmer“ – Beschäftigte, statt Männer und Frauen – Menschen oder Personen.

Eine geschlechtergerecht formulierte Ausgabe des Grundgesetzes findet sich hier: <https://sites.google.com/site/geschlechtergerechtesgg/home> Es ist leicht, beide Geschlechter erfassende Umschreibungen einzusetzen. Seien Sie kreativ mit unserer wunderbaren Sprache, liebe Frauen!

Britta Riebesehl



Medien zum Thema Feminismus

- ▶ an.schläge – Feministisches Monatsmagazin aus Österreich (www.an.schlaege.at)
- ▶ Aviva – Online Magazin für Frauen (www.aviva-berlin.de)
- ▶ Das NDR-Frauenforum, sonntags 18:30-19 Uhr, NDR-Info
- ▶ Frauenseiten Bremen - Online-Magazin (www.frauenseiten.bremen.de)
- ▶ frauTV – Fernsehmagazin, donnerstags, 22 – 22:30 Uhr, WDR
- ▶ Gender. Zeitschrift für Geschlecht, Kultur und Gesellschaft (www.gender-zeitschrift.de)
- ▶ Fiber- Werkstoff für Feminismus und Popkultur, Wiener Magazin, (www.fibrig.net)
- ▶ Missy Magazin – Zeitschrift für Popkultur, Politik und Feminismus
- ▶ Newsletter der Vernetzungsstelle Hannover (www.vernetzungsstelle.de)
- ▶ WIR FRAUEN – Das feministische Blatt - erscheint vierteljährlich (www.wirfrauen.de)

Kursprogramm:

- Yoga
- Chi Ball
- Qi Gong
- Tai Chi Chuan
- Zeit für mich
- Pilates
- Aqua-Fitness
- Wirbelsäulengymnastik
- Beckenbodentraining
- Energy Dance
- Fit im Alter
- Tanz mit bleib fit
- Gedächtnistraining
- Singen
- Nordic Walking
- Walking
- Radwandern
- Wandern

Mit frischem Wind in den Herbst mit Kneipp

Neues Aktivprogramm ab September

Kneipp Verein
aktiv & gesund

Kneipp-Verein Rotenburg e.V.
Rat- und Tat-Zentrum
Wümmeweg 8, 27356 Rotenburg
Telefon 04261 - 961 222
www.kneipp-verein-rotenburg.de

HEBAMMEN

Die schwierige Situation der freien Hebammen wird in der Presse immer wieder geschildert. HELENE möchte darauf hinweisen, dass die Hebammen trotz guter Presse noch immer eine starke Lobby in Deutschland brauchen, damit unser Geburtshilfesystem nicht zusammenbricht. Noch scheint die Dramatik nicht allen Verantwortlichen klar geworden zu sein. Es gibt zum Glück viele Initiativen, die sich für die Hebammen einsetzen. Am 5. Mai, dem Hebammentag, gab es in vielen Städten Protestkundgebungen und im Juni ist die „Längste Nabelschnur der Welt“ an Bundesgesundheitsminister Gröhe überreicht worden.

Ebenfalls im Juni hat die Landesarbeitsgemeinschaft der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten in Niedersachsen (*lag*) auf Initiative der Gleichstellungsbeauftragten im Regierungsbezirk Lüneburg – dazu gehört auch Rotenburg – folgenden Antrag an das Niedersächsische

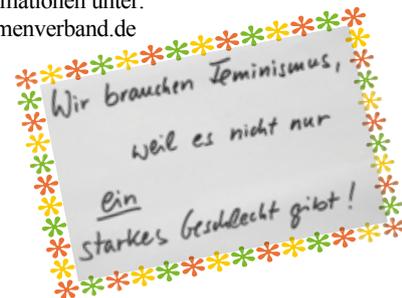
Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung und die frauenpolitischen Sprecherinnen der Landtagsfraktionen gestellt:

„Die Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros in Niedersachsen (*lag*) unterstützt ausdrücklich die Bundesratsinitiative zur Absicherung der Geburtshilfe mit Hebammen. Die *lag* fordert die Wahlfreiheit des Geburtsortes zu erhalten, Hebammenhilfe für alle Frauen flächendeckend zu gewährleisten und damit einen würdevollen Start ins Leben zu ermöglichen, die Arbeitsbedingungen für Hebammen zu verbessern und mithilfe einer staatlichen Fondslösung oder/und ggf. einer Änderung des Sozialgesetzbuches V die Einkommenssituation der Hebammen dauerhaft abzusichern.

Das akute Problem der steigenden Kosten für die Berufshaftpflichtversicherung für die frei-

beruflich tätigen Hebammen hat bereits zu einem Rückgang der Hausgeburts-Hebammen in Niedersachsen von ca. 100 im Jahr 2007 auf derzeit nur noch 30 geführt und könnte letztlich das Aus für die gesamte Haus- und Beleggeburtshilfe bedeuten. Da zudem im ländlichen Raum viele Krankenhäuser und Geburtskliniken geschlossen worden sind, kann von einer Wahlfreiheit für Frauen nicht mehr gesprochen werden...“

Weitere Informationen unter:
www.hebammenverband.de



WAS IST EIGENTLICH PINKSTINKS ?

Wir finden, zum Thema dieses Heftes darf ein Artikel über diese Initiative nicht fehlen! (Quelle: Selbstdarstellung des Vereins in der Website <http://pinkstinks.de>)

Pinkstinks ist eine Kampagne gegen Produkte, Werbeinhalte und Marketingstrategien, die Mädchen eine eingeschränkte Geschlechterrolle zuweisen. Der Name ist entstanden, weil Spielzeug- und Kleidungsindustrie zunehmend rosa Produkte für Mädchen vermarkten. Diese „Pinkifizierung“ trifft Mädchen und Jungen gleichermaßen und Pinkstinks möchte dem Trend entgegenwirken. Darum werben sie für ein kritisches Medienbewusstsein, Selbstachtung, ein positives Körperbild und alternative Rollenbilder.

Angefangen hat es im März 2012. Die Genderforscherin Stevie Schmiedel regte sich täglich über die einseitigen Frauenrollenbilder auf den 2000 neuen Leuchttitfaßsäulen in Hamburg auf. Eines Tages schrieb sie an die ZEIT und die schrieb dann über ihren Protest und ihre Überlegung, Pinkstinks Deutschland zu gründen. (Mit der britischen Pinkstinks-Kampagne, die seit 2009 aktiv ist, stand sie schon im Kontakt.) Von da ab regnete es täglich unterstützen-

de Emails ins Postfach, und Stevie Schmiedel ging ans Werk. Gemeinnütziger Verein wurde Pinkstinks im Oktober 2012.

Von Pinkstinks UK hatte die Gruppe gelernt, was man mit Medienaufmerksamkeit bewirken kann: Der englische Spielwaren-Gigant ELC war durch Protest gezwungen worden, seinen Katalog umzuschreiben.

So macht Pinkstinks Deutschland es auch: Auf dem Cover der Hamburger Morgenpost zeigte Stevie Schmiedel auf die C&A Bikinikampagne – in der nächsten Woche wurde die frische Kampagne in ganz Hamburg abgehängt und ist auch im Internet nicht mehr zu finden. Und ein Jahr darauf hatten die C&A Bikinimodelle immerhin Männer in Badehose neben sich...

Zum ersten internationalen Mädchentag wurde Pinkstinks ins Hamburger Rathaus eingeladen, um über Kinder, Werbung und Essstörungen zu diskutieren, inzwischen reist Stevie Schmiedel für Vorträge durch ganz Deutschland.

Es gab erfolgreiche Protestaktionen gegen Germanys Next Topmodel, gegen Toys R Us, gegen das rosa Überraschungsei und gegen das Barbie Dreamhouse Berlin. Pinkstinks macht Straßentheater, Demos, bloggt, twittert, mischt sich ein.

Finanziert wird Pinkstinks von Förder*innen, der Bewegungsstiftung und dem Fond Sozio-kultur, der die aktuelle Theaterarbeit „Vielfalt ist Schönheit“ unterstützt. Die Premiere dieses Theaterstücks war übrigens im Herbst 2013 an der Theodor-Heuss-Schule in Rotenburg! Pinkstinks freut sich über jede Unterstützung! Dann können noch mehr Sticker und Flyer versendet, Campaigner bezahlt, Theaterarbeit gemacht und Kampagnen organisiert werden.



Rotenburgerinnen zum Thema Feminismus

Wie immer haben wir Frauen zum Titelthema befragt. Zu „Feminismus“ hatten wir deutlich weniger Rücklauf als wir es von unseren bisherigen Themen her gewohnt waren und danken daher denjenigen, die mitgemacht haben, ganz besonders!

Silvia Marquard (44) mit Hund Emma, Erzieherin, Rotenburg



Umgang mit Menschen, die dabei subtil vorgehen.

Haben oder hatten Sie ein Vorbild? Wenn ja, wen?

Bei der Auseinandersetzung mit dem Thema „Feminismus“, erinnerte ich eine Aussage meiner Großmutter. Sie hat mir oft gesagt, ich soll eine Ausbildung machen, da ich nur so unabhängig sein könnte. Sie selbst hatte als junge Frau keine Möglichkeit eine Ausbildung zu absolvieren, da ihren Eltern die finanziellen Möglichkeiten fehlten. Als Kind war mir nicht bewusst, was diese Aussage für eine Bedeutung hatte. Diese Gespräche sind mir bis heute im Gedächtnis und deshalb war es mir auch wichtig, eine Ausbildung in einem Bereich zu absolvieren, der mir Freude bereitet. In vielen Bereichen war meine Großmutter sicherlich ein Vorbild für mich.

Seit 2012 werden von der Kampagne „Wer braucht Feminismus?“ persönliche Statements gesammelt (s.o.). Mit welchem Argument würden Sie die Sammlung bereichern? Wir brauchen Feminismus, weil der Mensch an erster Stelle stehen sollte und nicht sein biologisches Geschlecht.

Welche Handlungen, Ansprüche oder Lebensgestaltungen Ihrer Mutter haben Sie geprägt oder sind für Sie wichtige Erinnerungen?

Von meiner Mutter, aber auch Großmutter, habe ich sicherlich eine große Portion Durchhaltevermögen „übernommen“. Nicht aufzugeben, sondern weiterzumachen, auch wenn es an manchen Tagen schwer fällt. Meine Mutter hat ein Leben lang körperlich hart gearbeitet und ich kann mich kaum an einen Tag erinnern, an dem sie krank war. Freizeit gab es für sie kaum. Ich habe ihr oft gewünscht, einfach im Alltag mal anzuhalten und das Nichtstun zu genießen. Das konnte sie leider nicht. Vielleicht ist das aber auch typisch für die Frauen der Generation, meine Mutter ist jetzt 74 Jahre alt. Sie hat einen kleinen landwirtschaftlichen Betrieb geführt, so dass es im-

mer Arbeit gab. Unabhängig zu sein, war ihr sicherlich auch immer wichtig.

Wenn Sie einen Beruf/ eine Tätigkeit ausüben, womit Sie die Lebensumstände von Frauen beeinflussen können: Was möchten Sie mit Ihrer Arbeit erreichen? Was verändern Sie?

In der Arbeit ist mir die Solidarität unter Frauen wichtig. Gemeinsam Ziele erarbeiten und diese umsetzen und dadurch Vorbild für Mädchen sein. Mit meinem Verhalten und Auftreten möchte ich deutlich machen, dass Mädchen und Jungs gleichberechtigt sind. Ich war über 20 Jahre in der Jugendhilfe tätig, in dieser Arbeit war es mir ein besonderes Anliegen, die Mädchen zu stärken und ihnen Mut zu machen, eigene Wege zu gehen. Sich selbstbewusst für sich und ihre Wünsche einzusetzen und stark zu machen. Zu lernen, sich abgrenzen zu dürfen.

Aber auch nach ihren Möglichkeiten einen Schulabschluss und anschließend eine Ausbildung zu absolvieren, die ihnen finanzielle Unabhängigkeit verschafft.

Fühlen Sie sich im Privatleben, in der Familie, in Ihrem Umfeld und Beruf als Frau anerkannt und akzeptiert?

Ja, weil mein Mann und ich eine gleichberechtigte Partnerschaft leben. Beruflich gesehen habe ich Glück, denn ich arbeite als Erzieherin und mein Beruf macht mir auch nach über 20 Jahren Berufstätigkeit sehr viel Spaß.

Was wünschen Sie Frauen für die Zukunft?

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass wir Gespräche über Gleichberechtigung nicht mehr führen müssen, weil es einfach egal ist, ob wir als Frau oder Mann geboren werden. Und das Grundgesetz Artikel 3 ist somit vielleicht umgesetzt.

„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.“

Carolyn Dembowski (22), Studentin der Sozialwissenschaften (Hannover), Rotenburg



neben den festgestellten Sozialarbeitern war, die die Frauen dabei unterstützt hat, gemeinsame, kleine und individuelle Verbesserungen in ihrer Lebenssituation zu erreichen. Seitdem beschäftige ich mich mit dem Thema Frauenrechte und würde mich in Zukunft auch gerne wieder aktiver dafür einsetzen. Ich versuche dem Thema bei meinem momentanen politischen Engagement zumindest Nachdruck zu verleihen.

Ich verstehe mich als Feministin, weil ...

Ich verstehe mich als Feministin, weil ich veraltete Rollenbilder und diskriminierendes Verhalten gegenüber Frauen nicht nur für mich persönlich nicht akzeptiere, sondern mich auch offen dagegen ausspreche. Ich hoffe damit langfristig einen Beitrag zu einer gesellschaftlichen Veränderung leisten zu können, in dem ich mich bemühe, dass das Thema in meinem Umfeld auf der Tagesordnung bleibt.

Ich verstehe mich nicht als Feministin, weil ...

Ich verstehe mich nicht als Feministin, weil ich meine Einstellung gegenüber fehlender Gleichberechtigung eigentlich für selbstverständlich halte.

Wer oder was hat Sie in Ihrem Leben stark gemacht?

Mein nicht sonderlich großer, aber ausgewählter Freundeskreis ist mir sehr wichtig. Auch wenn mir das lange nicht bewusst war und ich mich auch heute manchmal eher als Einzelkämpferin versuche, möchte ich dessen Offenheit und Vertrauen nicht missen. Um Ziele erreichen zu können braucht es Menschen, die einem diese zutrauen und einen auch auf steinigem Wegstrecken begleiten. Gemeinsame Erinnerungen überwinden dabei auch die größeren Distanzen durch die mein Freundeskreis geprägt ist.

Wie setzen Sie sich (z.B. bei Ihrer Arbeit) für Frauen ein?

Ich war von August 2011 bis August 2012 als Europäische Freiwillige im größten Obdachlosenprojekt für alleinstehende Frauen in London, Großbritannien, wo ich vor allem im administrativen Bereich gearbeitet habe, aber gleichzeitig eine zusätzliche Vertrauensperson

Welche Personen oder Umstände blockieren/blockierten Sie?

An echte Blockaden kann ich mich nicht erinnern, aber mich hemmt es immer wieder wenn mein Engagement, Ziele oder Lebensphasen in Frage gestellt werden. So haben Menschen vor meiner Zeit in Großbritannien häufig gesagt: „Ist dir diese Arbeit nicht zu schwer und zu traurig?“ oder man verstand nicht, warum ich freiwillig zwei Monate Zeit in eine intensive Wahlkampagne investierte, in der ich zudem in einem männlich dominierten Team arbeitete. Selbstverständlich erwarte ich keine Vorschusslorbeeren oder Begeisterung von jedem aber manchmal fehlt mir der Respekt vor meinem Engagement oder vor Lebensentscheidungen, die ich für mich persönlich so getroffen habe.

Haben oder hatten Sie ein Vorbild? Wenn ja, wen?

Mein Vorbild ist Sophie Scholl. Ihre Selbstlosigkeit, ihr Mut und ihr unbedingte Wille zur Veränderung in ihrem jungen Alter haben mich früh tief beeindruckt. Ein etwas greifbares Vorbild ist meine ehemalige Chefin in Großbritannien, die für etwas mehr als 100 Bewohnerinnen im Haus und etwa 20 Mitarbeiter verantwortlich ist und ihre schwierige Arbeit trotzdem mit Leidenschaft, viel Offenheit und ganz viel Menschenkenntnis ausfüllt. Ich durfte von ihr viel lernen.

Seit 2012 werden von der Kampagne „Wer braucht Feminismus?“ persönliche Statements gesammelt (s.o.). Mit welchem Argument würden Sie die Sammlung bereichern?

Wir brauchen Feminismus,

Ich verstehe mich als Feministin, weil ...

mir eine dialogische Haltung mit Miteinander wichtig ist.

Wer oder was hat sie in ihrem Leben stark gemacht?

Krisen, die ich überstehen musste, haben mich geprägt und aus diesen bin ich gestärkt hinausgegangen. Eine meiner wichtigsten Lernerfahrungen war sicherlich auch, dass ich nicht alles mit mir selbst ausmachen muss, sondern Hilfe von „Außen“ holen, außerdem annehmen darf und kann. In den letzten Jahren habe ich viele starke Frauen kennen- und schätzen gelernt, mit denen ich mich persönlich und fachlich gut auseinandersetzen konnte. Auch diese Erfahrung, dass Frauen solidarisch sein können, hat mich gestärkt.

Wie setzen Sie sich (z.B. bei Ihrer Arbeit) für Frauen ein?

Ich bin zum Beispiel Patin eines Mädchens, das in Äthiopien lebt. Somit habe ich die Möglichkeit, Projekte mit zu fördern, die in dem Dorf erarbeitet und umgesetzt werden. Besonders wichtig ist mir die Bildung der Kinder und Jugendlichen. Als ich mich dazu entschloss, eine Patenschaft zu übernehmen, war mein erstes Anliegen, einem Mädchen eine Schul- und Ausbildung zu ermöglichen. Außerdem wollte ich im Rahmen meiner finanziellen Möglichkeiten auch einen Beitrag zum Schutz der Gesundheit, gerade von jungen Mädchen, leisten.

Welche Personen oder Umstände blockieren/blockierten Sie?

Menschen, die ihre Macht missbrauchen, blockieren mich. Besonders schwer fällt mir der

Gwendolyn Storf, (57), Gleichstellungsbeauftragte der Samtgemeinde Zeven



weil es etwas geben muss, was uns in unserem schnelllebigen Alltag daran erinnert, dass wir beim Thema Gleichberechtigung noch längst nicht da sind, wo wir hin wollen.

Ich brauche Feminismus, weil ich und jede andere Frau alle Möglichkeiten und Freiheiten haben sollte, unser Leben so zu gestalten, wie wir uns das wünschen.

Welche Handlungen, Ansprüche oder Lebensgestaltungen Ihrer Mutter haben Sie geprägt oder sind für Sie wichtige Erinnerungen? Meine Mutter ist eine sehr praktisch veranlagte Frau. So löst sie viele Aufgaben im Handumdrehen. Auch wenn ich sicher kopflastiger bin als sie und es Aufgaben gibt, denen ich ausweichen würde, sie aber nicht, habe ich von ihr gelernt, im richtigen Moment einfach zuzupacken. Das hat zwar manchmal für Erstaunen gesorgt, das Leben aber leichter gemacht.

Fühlen Sie sich im Privatleben, in der Familie, in Ihrem Umfeld und Beruf als Frau anerkannt und akzeptiert? Ja, weil die Menschen mit denen ich täglich oder regelmäßig zu tun habe mich selbstverständlich kennen und wissen, wie ich meine Rolle als Frau verstehe. Allerdings kann ich mich im professionellen Umfeld an Situationen erinnern, in denen ich mich als Frau zunächst beweisen musste.

Was wünschen Sie Frauen für die Zukunft?

Mein größter Wunsch für die Zukunft wäre ein Ende jeglicher Gewalt gegen Frauen. Das Ausmaß von Vergewaltigung, psychischer Gewalt oder auch der gewaltsam erzwungenen Genitalverstümmelung von Frauen wird unterschätzt; gerade in westlichen Gesellschaften. Die betroffenen Frauen leiden lebenslang unter den tiefgreifenden Folgen. Ich hoffe, dass Frauen in Zukunft vor solcher Gewalt ausreichend geschützt werden können, beziehungsweise dass ihre Ursachen effektiv bekämpft werden. Allerdings wäre das erst ein großer Wunsch von vielen.

Ich verstehe mich als Feministin, weil...

Mir gefällt am Feminismus, dass er bestimmte Defizite in unserer Gesellschaft klar beim Namen nennt.

Ich verstehe mich nicht als Feministin, weil...

Ich verstehe mich nicht als Feministin, unterstütze aber in vielen Punkten feministisches Gedankengut. Es ist schwierig, Feminismus als Begriff abzugrenzen. Wichtig ist mir z.B., dass Frauen über ihr Leben selbstständig entscheiden können, dass sie dafür Verantwortung übernehmen und in einer gewaltfreien Umgebung leben können. Auch halte ich z.B. die sexuelle Selbstbestimmung und faire Entlohnung für wichtig – gleichzeitig aber auch Engagement der Frauen, um dies alles zu erreichen. Heute wird oft vergessen, was die Generationen vor uns erkämpft haben und ich finde es kurzfristig, wenn manche die Ungleichheit nur den Männern oder den bestehenden Strukturen in die Schuhe schieben. Chancengleichheit für Alle entsteht nur, wenn jede und jeder Einzelne daran mitarbeitet.

Wer oder was hat Sie in Ihrem Leben stark gemacht?

Unsere Familiennormen waren so, dass ich vieles selbstständig ausprobieren durfte. Meine Mutter war stark. Weil ich eine andere Persönlichkeit habe, konnte ich ihre Verhaltensweisen aber nicht einfach übernehmen. Deshalb bin ich äußerlich sicher erschienen, habe mich oft aber nicht so gefühlt. Im

Erwachsenenalter habe ich mir psychologische Hilfe geholt, über meine Einstellungen und Ängste nachgedacht und mein Verhalten verändert. Das hat mich innerlich sehr gestärkt. In der Schule habe ich Unterstützung bekommen und so die deutsche Sprache perfekt lernen können. Ein Schulwechsel in der 11. Klasse zur IGS mit älteren Schülerinnen und Schülern hat mein Blickfeld erweitert. Seit vielen Jahren setze ich mich mit meinem Lebenspartner, der ganz andere Sichtweisen und Fähigkeiten hat als ich, auseinander. Ich glaube, dieses tägliche Anpassen und Durchsetzen hat mich besonders stark gemacht und ich arbeite weiter daran, meine innere Stabilität und Flexibilität zu entwickeln.

Wie setzen Sie sich (z.B. bei Ihrer Arbeit) für Frauen ein?

Als Gleichstellungsbeauftragte versuche ich immer, die Frauen in ihren Bedürfnissen genau wahrzunehmen und so weit ich kann zu unterstützen. Wenn mir die Frauen nicht genau sagen können, was sie erreichen möchten oder welchen Weg sie sich vorstellen, versuche ich mit Wissen, Phantasie und Intuition einen Weg aufzuzeigen. Oft vermittele ich Adressen von Institutionen, Gruppen oder anderen Hilfsangeboten.

Welche Personen oder Umstände blockieren/blockierten Sie?

Für meine Beratung ist es ungünstig, wenn sich Rat suchende Frauen selbst durch Ängste, ungünstiges Verhalten oder unrealistische Vorstellungen blockieren. Unter solchen Voraussetzungen erfordert es viel Fingerspitzengefühl, um zu helfen. Das klappt leider nicht immer. Auf der anderen Seite gibt es Behörden, die nicht die Bedürfnisse der Menschen, sondern die Finanzen oder bestimmte Normen in den Vordergrund stellen. So habe ich schon Rat suchende Frauen erlebt, die von Angestellten in Behörden zur Verzweiflung und zum Weinen gebracht wurden.

Ich halte es für wichtig, dass das Personal besser nachdenkt und sich in die Situation der Betroffenen hineinversetzt. In solchen Fällen mische ich mich ein und vermittele oder schreibe Briefe. Verwaltungsvorschriften oder manche Gesetze, z.B. Ausländergesetze, sind auch oft große Hemmnisse. In den ersten Jahren wurde mein Beruf als Frauenbeauftragte nur von den wenigsten örtlichen Politikern anerkannt. Mein Amt wurde einfach ignoriert. Über meine kontinuierliche Arbeit, z.B. in den Ratsgremien, habe ich mir Anerkennung erworben. Gleichstellung ist noch immer kein vordergründiges Thema in unserer Kommunalpolitik, aber die Zusammenarbeit mit den Politikerinnen und Politikern hat sich verbessert.

Haben oder hatten Sie ein Vorbild? Wenn ja, wen? Ein direktes Vorbild habe ich nicht, aber ich gucke mir immer gerne etwas ab.

Seit 2012 werden von der Kampagne „Wer braucht Feminismus?“ persönliche Statements gesammelt (s.o.). Mit welchem Argument würden Sie die Sammlung bereichern? Da möchte ich nicht mitmachen. Solch ein „Ismus“ hilft, bestimmte Dinge zu beschreiben und von anderen abzugrenzen, schießt aber im Allgemeinen über das Ziel hinaus. Ich finde, Frauen und Männer sollten sich für Rechte oder Errungenschaften einsetzen. Dabei finde ich es legitim, das eigene Geschlecht besonders zu berücksichtigen. Den Blick auf den gesamten Rahmen - und damit die Bedürfnisse der anderen Seite - dürfen wir aber nicht vergessen.

Welche Handlungen, Ansprüche oder Lebensgestaltungen Ihrer Mutter haben Sie geprägt oder sind für Sie wichtige Erinnerungen?

Auf Niederländisch: verbeter de wereld – begin bij je zelf. Verbessere die Welt – fange bei dir selbst an.

Wenn Sie einen Beruf/eine Tätigkeit ausüben, mit dem Sie die Lebensumstände von Frauen beeinflussen können: Was möchten Sie mit Ihrer Arbeit erreichen? Was verändern Sie? Ich kann Frauen beraten und unterstützen. Sie sollen ihre eigenen Fähigkeiten und Potentiale erkennen und Chancen nutzen, um sich zu verwirklichen. Ich vernetze Frauen und berate und unterstütze immer wieder Gruppen oder Institutionen, die frauenpolitische Ziele verfolgen. Mit Projekten und Maßnahmen kann ich in meiner Gemeinde kleinere politische Veränderungen anschieben, mit Gleichstellungskolleginnen auch in einem größeren Rahmen. Es macht mir Spaß, die Welt ein kleines bisschen „besser“ zu machen.

Fühlen Sie sich im Privatleben, in der Familie, in Ihrem Umfeld und Beruf als Frau anerkannt und akzeptiert?

Im Allgemeinen ja. Ich hoffe, ich werde zuerst als Mensch und nicht immer vordergründig als Frau gesehen. Ich habe mir nie viel daraus gemacht, eine weibliche (sexuelle) Rolle zu spielen. Trotzdem wurde ich von Männern, besonders in jungen Jahren, so gesehen. Das hat mich gestört, ich fand es verunsichernd und schwer, selbstständig einen Partner zu wählen. Heute hat sich das zu einem großen Teil gelegt und durch meine langjährige Partnerschaft kommen nicht mehr viele auf die Idee, mich als „Freiwild“ zu sehen. Das ist auch der Vorteil am Älterwerden. Leider haben es noch nicht alle Männer gelernt, Frauen mit Respekt zu behandeln.

Was wünschen Sie Frauen für die Zukunft?

Ich wünsche jeder Frau ein gutes Selbstbewusstsein, gesellschaftliches Verantwortungsbewusstsein, Durchsetzungskraft und Solidarität mit anderen Frauen.



ABSCHIED
BESTATTUNGEN
www.abschied-und-bestattung.de

Ich bin an Ihrer Seite

She Alms

Eversener Str. 9
27308 Kirchlinteln
Tel. 04230-942133

Ingrid Neiß (63), Yoga-Lehrerin, Softrum



Ich verstehe mich als Feministin, weil ...

Ich habe lange darüber nachgedacht, ob ich mich als Feministin sehe und dabei festgestellt, dass ich in der Tat für meine Verwirklichung und für meine Unabhängigkeit gelebt habe und sicher auch an der einen oder anderen Stelle kämpfen musste. Das Wort Feminismus war jedoch nicht in meinem Wortschatz und stand somit auch nicht im Vordergrund.

Ich verstehe mich nicht als Feministin, weil ...

...ich es für wichtig erachte, sich als Mensch weiter zu entwickeln. Im Einklang mit sich und seinen Mitmenschen zu leben und das unabhängig vom Geschlecht. Das Ziel wäre eine Ausgeglichenheit zwischen Mann und Frau, die nicht nur auf Feminismus ausgerichtet ist. Männer und Jungen brauchen in der heutigen Gesellschaft eine andere, neue Art der Unterstützung, weshalb auch sie eine „Bewegung“ bräuchten, denn der Druck lastet auch auf ihren Schultern.

Wer oder was hat Sie in Ihrem Leben stark gemacht?

Meine Arbeit als Yogalehrerin hat mich stark gemacht. Endlich hatte ich damals, nach der Geburt meines dritten Kindes, einen Weg gefunden, meine Sensibilität ausleben zu dürfen, sie zuzulassen und in meine Arbeit mit den Menschen einzubringen. Es hat mich stark gemacht und gibt mir noch immer Kraft, wengleich es ein großer Lernprozess war und ist.

Wie setzen Sie sich (z. B. bei Ihrer Arbeit) für Frauen ein?

In dem ich versuche, sie durch meine Yogaarbeit zu kräftigen. Ihnen Wege zur Selbsterkenntnis zeigen möchte, denn ohne Selbsterkenntnis kannst Du nichts verändern.

Welche Personen oder Umstände blockieren/blockierten Sie?

Als Kind und auch als junge Frau meine Sensibilität nicht leben zu dürfen, das hat mich blockiert. Der Ursprung dafür war meine

familiäre Prägung. Die Ursache für Hemmungen und Blockaden ist oft in der Prägung im Elternhaus zu finden. Alte Strukturen, alte Denkmuster, wie wir Frauen zu sein haben. Unter anderem ständig gefallen zu wollen. Diese Prägungen beziehen sich natürlich auf alle Menschen, egal welchen Geschlechts.

Haben oder hatten Sie ein Vorbild? Wenn ja, wen?

In der Anfangszeit hatte ich eine Yogalehrerin als Vorbild, weil ich in dieser Lebensphase dachte, das muss so sein. Durch eine große Enttäuschung habe ich sie dann vom Sockel gestoßen und von da an hatte ich keine Vorbilder mehr. Es begann ein Prozess, von allen Menschen zu lernen, auch von denen, die einen „pieksen“. Wichtig ist es, eigene Grenzen zu ziehen und die der anderen zu erkennen und zu akzeptieren.

Seit 2012 werden von der Kampagne „Wer braucht Feminismus?“ persönliche Statements gesammelt (s.o.). Mit welchem Argument würden Sie die Sammlung bereichern? Wir brauchen Feminismus, weil ...

...weil alle Frauen die Chance bekommen sollten in ihre eigene Freiheit zu kommen.

Ich brauche Feminismus, weil...

Ich, für mich, brauche keinen Feminismus mehr.

Welche Handlungen, Aussprüche oder Lebensgestaltungen Ihrer Mutter haben Sie geprägt oder sind für Sie wichtige Erinnerungen?

Geprägt haben mich die Ängste meiner Mutter. Diese Ängste, die auch meine wurden, los zu werden, war der schwierigste Prozess um mit ihr und mir in einen Frieden zu kommen. Das Unbewusste aus vorangegangenen Generationen hatte auch sie geprägt. Ängste gehen manchmal durch Generationen, wenn nicht eine oder einer die Chance ergreift sie zu stoppen oder bewusst zu bekämpfen. Manchmal brauchen wir dafür Hilfe, aber die heutigen Möglichkeiten hatten Generationen vor uns nicht in dieser Art. Mein Vater hat mich in meinem Willen geprägt. Er hat versucht, ihn zu bremsen, aber dieser Wille ließ sich nicht bremsen.

Wenn Sie einen Beruf/eine Tätigkeit ausüben, womit Sie die Lebensumstände von Frauen beeinflussen können: Was möchten Sie mit Ihrer Arbeit erreichen? Was verändern Sie?

Durch meine Arbeit möchte

ich die Selbstheilungskräfte der Frauen aktivieren, damit sie frei und unabhängig denken und sich frei und unabhängig bewegen. Selbstbewusstsein durch die Kraft der Gedanken und der Bewegung. Der Weg des Yoga bedeutet Rückbindung an den göttlichen Kern in uns. Durch Atem und Bewegung den Geist zur Ruhe zu bringen – bei sich selbst im Herzen anzu kommen.

Fühlen Sie sich im Privatleben, in der Familie, in Ihrem Umfeld und Beruf als Frau anerkannt und akzeptiert?

Ja, mittlerweile fühle ich mich akzeptiert, das war aber ein eigener großer Entwicklungsprozess und nicht immer so. Heute habe ich nicht mehr den Anspruch, es allen Recht machen zu wollen, vor 30 Jahren war das anders. Vor 24 Jahren fing ich an, Yoga zu unterrichten und dadurch ergaben sich auch in meinem Leben große Veränderungen. Vor 17 Jahren hatte ich dann den Mut, mein eigenes Yoga-Zentrum zu eröffnen. Das war ein großer Schritt in die Selbstständigkeit, den ich bis heute keinen Tag bereut habe. Weitere Veränderungen folgten auf ganz unterschiedlichen Weisen und ich kann sagen, für mich ist Yoga mein eigener Weg zur inneren Freiheit geworden.

Was wünschen Sie Frauen für die Zukunft?

Kraft und Liebe für sich selbst. Inneren Frieden, Freiheit und Selbsterkenntnis. Ich werde nicht müde, das zu wiederholen, denn es ist der Weg für das Leben miteinander. Dazu gehören aber auch schwierige Lebenszeiten, denn in ihnen lernen wir am meisten. Ich wünsche allen Menschen, dass sie wiederum andere Menschen haben, die sie auf vielschichtigen Ebenen begleiten. Ohne den Austausch und das Miteinander kann nichts entstehen, nur Stillstand.

Wir leben in einem Zeitalter, in dem wir wieder lernen sollten, auf unser Herz und unsere Intuition zu hören. Das sogenannte Bauchgefühl. Unabhängig von gesellschaftlichen Normen und Schubladen, die wir alle parat haben und die so leicht zu öffnen sind, um Menschen und Situationen dort hinein zu stecken. Ich wünsche Frauen und Männern mehr Gleichgewicht. Das heißt im Idealfall eine Teilung der Arbeitszeit, der Zeit für sich und in der Familie. Somit Teilung der Verantwortung in allen Bereichen einer Lebenspartnerschaft.

*Aufgeschrieben von
Kathrin Hammermeister*

Unternehmerin (55), Rotenburg

Ich verstehe mich als Feministin, weil ...

... ich immer wieder sehe, wie Frauen benachteiligt werden und wir (Frauen) für Anerkennung und Wertschätzung unserer Interessen kämpfen müssen.

Ich verstehe mich nicht als Feministin, weil ...

... wir (Frauen) doch schon viel erreicht haben.

Wer oder was hat Sie in Ihrem Leben stark gemacht?

Die wunderbaren Frauen, die in den 70iger Jahren wunderbare Bücher über Emanzipation geschrieben haben, ich kann sie gar nicht alle aufzählen. Und natürlich meine Mutter, die eine sehr emanzipierte Frau gewesen ist und immer wieder die Benachteiligungen von Frauen thematisiert hat ... ohne darunter zu leiden oder zu jammern – sondern sich für positive Veränderungen einsetzte.

Wie setzen Sie sich (z. B. bei Ihrer Arbeit) für Frauen ein?

Frauengeld in Frauenhand – wenn nicht wir Frauen, wer sonst sollte Frauen Aufträge geben ... klar!

Welche Personen oder Umstände blockieren/blockierten Sie?

Männerbünde – zu denen ich nicht gehören kann (und oft auch nicht will) und dort werden die Aufträge vergeben. Seilschaften.

Haben oder hatten Sie ein Vorbild? Wenn ja, wen?

Meine Mutter – es ist möglich Frau zu bleiben und trotzdem „seinen Mann zu stehen“. Meine Oma, die immer gemacht hat was sie will.

Seit 2012 werden von der Kampagne „Wer braucht Feminismus?“ persönliche Statements gesammelt. Mit welchem Argument würden

Sie die Sammlung bereichern? Wir brauchen Feminismus, weil ...

... , weil zum Beispiel immer noch nachmittags fast nur Frauen auf dem Spielplatz sind und die Männer an ihrer Karriere und an ihrer Rente arbeiten.

Welche Handlungen, Aussprüche oder Lebensgestaltungen Ihrer Mutter haben Sie geprägt oder sind für Sie wichtige Erinnerungen?

Meine Mutter hat gemacht was sie will und hat sich von den Einschränkungen als Frau nicht abhalten lassen. Sie hat die Dinge, die Frauen wertschätzen, geachtet und nicht versucht wie ein Mann zu sein – das hatte für mich die Konsequenz, dass meine Tochter Blumenketten flechten durfte und nicht Fußball spielen musste. Meine Mutter hat mir vorgelebt, dass Kinder und Beruf möglich und vor allem sehr schön ist!!!

Wenn Sie einen Beruf/eine Tätigkeit ausüben, womit Sie die Lebensumstände von Frauen beeinflussen können: Was möchten Sie mit Ihrer Arbeit erreichen? Was verändern Sie?

Frauengeld in Frauenhand (s.o.) und ich fordere Praktikantinnen auf, sich mehr zuzutrauen und frecher zu sein.

Fühlen Sie sich im Privatleben, in der Familie, in Ihrem Umfeld und Beruf als Frau anerkannt und akzeptiert?

Ja, weil mein Mann ein „Feminist“ ist und ich als „Jungsoma“ viel dazu lerne. Nein, weil wir (Frauen) immer noch nicht die Hälfte haben.

Was wünschen Sie Frauen für die Zukunft?

Mehr Wertschätzung weiblicher Interessen – z. B. textile Handarbeiten sind Kunst!

Leben in Balance

Claudia Henschel
Dipl. Sozialpädagogin und Coach

Coaching & Beratung zu
Karriere- und Lebensplanung
Berufswechsel
Entwicklung neuer Ziele
Entdeckung von Ressourcen

Coaching & Beratung
Claudia Henschel, Rotenburg,
Tel.: 04261-6305303
info@beratung-henschel.de

AUF IHRE ART EINE FEMINISTIN.

Zu guter Letzt erreichte uns noch ein Artikel unserer "Auslandskorrespondentin" - Indra weilt wieder in Schweden - den wir hier gern veröffentlichen:

Karin Larsson war die Ehefrau des Malers Carl Larsson. Geboren wurde sie in Örebro 1859, gestorben ist sie 1928 in Valnäs. Nach ihrem Studium an der Kunstakademie in Stockholm traf sie ihren späteren Mann in einer Künstlerkolonie in Paris.



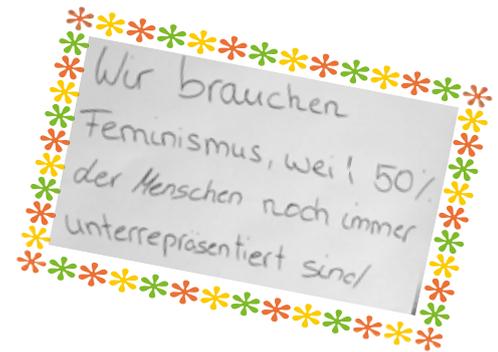
Als Ehepaar kehrten sie nach Schweden zurück und begannen ein gemeinsames Leben in dem später künstlerisch gestalteten Haus "Sundborn". Das Paar bekam acht Kinder. Sundborn wurde später durch die vielen Gemälde des Malers bekannt

Karin war eine freiheitsliebende und eigenwillige Frau, die stets eine innige und unterstützende Beziehung zu ihrer Mutter suchte. Sie betonte oft, dass ihre Mutter sie stets aufgefordert hätte, ein eigenständiges Frauenleben zu führen. In Künstlerkreisen wurde sie als geistreiche und unabhängige Gesprächspartnerin geschätzt.

Vor allem liebte sie die Kunst mit Textilien und lebte diese mit einer für damalige Verhältnisse freien Art der Gestaltung ihres Heimes aus. Sie bemalte Wände, zimmerte Möbel, webte Tischdecken und Gardinen; auch die bunte, innovative und ungewöhnliche Bekleidung der Kinder und ihre eigene, die sie selbst entwarf, sorgte für große Aufmerksamkeit landesweit. Ebenso die Tischgestaltung, wie z.B. das von ihr bemalte Porzellan. Aus Liebe zu seiner Frau hielt Carl Larsson vieles davon in seinen Bildern fest.

Die besonderen Muster sind, teils in moderner Form, oft von einem weltweit bekannten schwedischen Möbelhaus kopiert worden. Vielleicht liegt ja auch bei dir eine Decke, ein Kissen, eine Gardine oder ein Porzellan mit einem typischen Karin Larsson-Design herum?

Indra Sahlin



Entwicklungsbegleitung
bei persönlichen und beruflichen Herausforderungen

achtsam, traumasensibel, körperorientiert

Heilsame Frauenferien an der Ostsee 6.-13.09.2014
Selbstheilungsgruppe für Frauen ab Nov, Donnerstag 19h, 2014 ROW
Achtsamkeitsmeditation Dienstag, 19h ROW

Isa Roth

Dipl. Sozialpädagogin, Sozial- und Tanztherapeutin,
Trainerin für Achtsamkeit, Entspannung und Selbstheilung, Meditationslehrerin
Visselhövede und Rotenburg/ W., roth.isa@gmx.de, 04262- 959880

LITERATUR

Claudia Kopperts neuer Roman „Sisterhood – eine Sehnsucht“ erscheint im August. Wir freuen uns sehr, dass die Autorin aus Stapel (s. Portrait HELENE 2/2013) uns – passend zum Thema „Feminismus“ – einen Textauszug zum Vorabdruck zur Verfügung gestellt hat!

Es ist alles ganz in Ordnung, sagte ich mir vorhin und war endlich imstande, mich in dem kleinen Flur von der Stelle zu bewegen. Dein Fegen heute Morgen gut und schön, aber ich fand nun doch, die Treppe gehörte nass gewischt, und begann zu reiben und zu wienern. Bis in die äußersten Ecken wischte ich die Stufen, den Handlauf, die Geländerstreben, Wangen, und fragte mich dabei, warum mir die Fraz*-Zeit lange so peinlich war, dass ich immer nur denken konnte: »Blöde Weiber«, wenn mich etwas an die Vorgänge und Konflikte damals erinnerte. Dem Eindruck von Angestaubtheit war mit meinem Wischen und Scheuern nicht beizukommen, der Lack stellenweise abgeblättert, abgestoßen, selbst am Treppenpfosten und an den Geländerstreben. Schließlich ist der Anstrich inzwischen neun Jahre alt. Das Bordeauxrot von mir beim Einzug sorgfältig gemischt, ein Baumarkt-Dunkelrot durch Zugabe von Rot, Blau, Schwarz einen Tick ins Purpurne gezogen, eigenhändig verstrichen, dabei Teile des Geländers hellrot und weiß abgesetzt. Die Qualität der Farbe wärmer als Purpur, blauer und damit vernünftiger, leichter und zivilisierter, weniger weiblich und konventioneller als Blutrot, Weinrot, Granatrot. Etwas weniger Blau und es wäre die Farbe einer nicht mehr frischen Wunde. Knapp an einer alten Wunde vorbei strich ich unsere Treppe, eine andere Farbe wäre mir nicht in den Sinn gekommen. Und jetzt, im Mittagslicht, war der Glamour des Bordeauxrots verschwunden, nicht nur wegen seines Alters. Unter meinem Lappen muss eine Entmischung stattgefunden haben, das dunkle Rot, zwar immer noch elegant, vielversprechend, atmosphärisch überzeugend, gerade auch im Kontrast zum Weiß und Ziegelrot am Geländer, löst keine Resonanz mehr in mir aus, als habe sich dort, wo die Farben Empfindungen erzeugen, etwas entkoppelt und sei erloschen. Ich habe die Farbe verloren, dachte ich und setzte mich auf die Treppe. Mir gegenüber wieder das Flurfenster, durch das nun Sonnenlicht einfiel, gefiltert vom Staubbienerschlag auf den Scheiben.

Was war damals nicht alles in diesem Dunkelrot gestrichen. Angefangen von Rolfs al-

tem Küchenstuhl, auf den ich mich immer setzte, bis hin zu der einen dunkelroten Wand in vielen Zimmern der politischen Wohngemeinschaften. Meistens war es die Wand, an der die Matratze lag. Je frauenbewegter eine Frau war, desto mehr spielte diese Wand ins Violette oder Rosa. Wer weiß, vielleicht stand, als ich dir deinen Namen gab, auch die Wandfarbe hinter den Matratzen Pate. Als ich dich nach der Geburt im Bettchen liegen sah, flog es mich an: »Rosa heißt du.« Du kamst gleich als Rosa auf die Welt, warst von Anfang an Rosa, ich musste nur für die amtliche Beglaubigung sorgen. Wie es mich freute und beruhigte, dass du mir gleich mit einem Namen entgegenkamst, Rosa, einem Namen mit Programm, aber einem ganz offenen: Morgenröte und manchmal Abendröte, Farbhauch der Wildrosen, Sinnbild der Liebe, der Frau und seit Rosa Luxemburg auch des leidenschaftlichen politischen Scharfsinns. Rolfs kurze Glückerschütterung, als ich dich ihm vorstellte, Ro-sa wie Ro-If. Natürlich war er einverstanden, du warst Rosa, und je länger ich darüber nachsann, desto klüger und geschickter fand ich deine Wahl, und meine leise Befürchtung, dass ich das Kind vielleicht nicht würde leiden können, sobald es kein Teil mehr von mir wäre, war vergessen.

Ich warf endlich den Wischlappen in den Eimer und überließ mich ganz dem vielen Dunkelrot von früher, Bordeauxrot im Vollton ohne die geringste Transparenz. Möbelstücke, Wände, Hosen – meine alten dunkelroten Breitcordhosen, der dunkelrote VW-Bus, an dem ich eine Zeitlang ein Viertel Anteil hatte. Unbegreiflich leicht ließ sich damals alles für mich an: mit Rolf, mit der Ausbildung, der Wohngemeinschaft, den politischen Gruppen. So leicht, als ob es die, die ich vorher gewesen war, die sich abseits hielt, kaum Anschluss fand, gar nicht gegeben hätte, oder nur insofern, als ich eine Weile brauchte, bis ich an die neue Leichtigkeit glaubte. Als ob die Welt sich um ein Weniges gedreht hätte und auf einmal nicht mehr alles jenseits zufiel, denen immer alles zugefallen war. Jetzt konnte jemand wie ich es gut haben, so gut. Ich glitt durch die Tage, wie selbstverständlich schien mir alles zuzuwachsen. Nie im Leben hätte ich erwartet, dass ich dich allein großziehen würde, auch wenn es mit Rolf und Margie schon schwierig war, als du zur Welt kamst.

»In welchem Abstand zu den anderen muss ich mich halten, um mit ihnen eine Gemein-



schaft ohne Entfremdung, eine Einsamkeit ohne Exil zu verwirklichen?«, las mir Margie eines Tages aus dem Vorlesungsskript eines französischen Philosophen vor. Auf Französisch, ich verstand es nur, weil ich in ihrer Gegenwart eine Zeitlang geradezu hellseherisch war. Margie ging selbstverständlich davon aus, dass ich das Philosophen-Französisch, das sie mir vorlas, verstand, und dieses selbstverständliche Vertrauen in meine Fähigkeiten wirkte Wunder. Sie las einiges vor, aber diese eine Frage hat sich in meiner Erinnerung festgesetzt, ich empfinde gleich südländische Licht- und Luftverhältnisse, wenn ich vor mich hin sage: »eine Gemeinschaft ohne Entfremdung, eine Einsamkeit ohne Exil«, als wäre schon die Frage ein wunderbares Versprechen. Margie sagte damals, die Überlegungen gingen von griechischen Klöstern aus, Männerklöstern auf dem Berg Athos. Wir glaubten, dass in solchem Geist gestellte Fragen auch im klimatisch weniger begünstigten Norden arkadische Stimmungen und entsprechende Experimente hervorbringen würden. Für manche wurden Belgien und die Niederlande ein Reiseziel, denn dort bestanden die letzten Beginenhöfe Nordeuropas, an Klöstern orientierte Gemeinschaften von Frauen, aber ohne Gelübde. Das wär's vielleicht, dachte auch ich damals – und überschätzte wie wir alle die eigene Fähigkeit zur Gestaltung und Teilhabe an einer solchen Gemeinschaft. Im Grunde war unser Einzug hier meine Antwort auf die Frage des Philosophen: Ich brauchte überaus viel Abstand. Auf der Treppe sitzend sah ich dem Sonnenlicht zu, wie es den Abrieb, die Kratzer, die kleinen Tapeten-

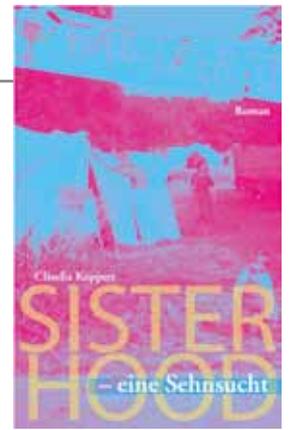
risse am Aufgang abtastete und peinlich ausleuchtete. Die durch die ständigen Aus- und Einzüge verschandelten Treppenaufgänge zu den WGs hatten genauso ausgesehen. Vor zehn Jahren entzog ich dich den Erziehungsgelüsten meiner letzten Mitbewohnerinnen, Thea, Uschi, Daggi. Jede der drei meinte bei dir verhindern oder an dir gutmachen zu müssen, was ihr selbst als Kind widerfahren war.

Am Tag unseres Einzugs, die Kartons und Möbel waren eben fertig ausgeladen, hast du das Grundstück erkundet. Ein Büschel verstrubhte Taubenfedern fest in der Hand, Taubenfedern ins Stirnband gesteckt, eine Feder in der Öse des Jackenreißverschlusses; aufgeregt deutetest du nach oben, wo eine Taube schwerfällig und wild flatternd den

Ast wechselte. »Eine Taube, eine Taube!« Das Büschel Taubenfedern war für mich. Dann liefst du in deinen lila Gummistiefeln wieder neue suchen, gänzlich ohne Bewusstsein von dem Bild, das du in dieser Montur botst, die graue Pulloverkapuze auf dem Kopf, darüber das Stirnband mit den eingesteckten Taubenfedern. Ich nahm mir fest vor, diese Momente der Unbedachtheit gegenüber deinem Äußeren zu hüten, niemand sollte über dich lachen dürfen. Niemand würde mir mehr reinreden. Deutlich empfand ich, wie kostbar es ist, so selbstvergessen zu sein, so ernst bei der Sache; wie kostbar – und wie absehbar, dass der Blick von außen bald verinnerlicht sein und damit zwangsläufig die Oberhand gewinnen würde. Mit den Taubenfedern fing es an; bereits die erste Stunde zeigte, die Entscheidung, aus der

Innenstadt hierher nach Wennigste zu ziehen, war richtig gewesen. Jetzt war ich allein mit dir, an diesem Ort ohne große Versprechungen, in kleinbürgerlicher Nachbarschaft. Das war mir egal, wir kannten niemanden. Es gab genug Platz für uns beide, nicht mehr, nicht weniger. Und du würdest hier auf die Schule kommen. Flur und Treppe brauchen neue Farben. Vielleicht werden wir die Treppe sogar zusammen streichen, warum nicht?

*Textauszug Kapitel 3
Claudia Koppert: Sisterhood
– eine Sehnsucht. Roman*



LINKS

www.autonome-frauenhaeuser-zif.de - Zentrale Informationsstelle Autonome Frauenhäuser

www.fembio.org – Frauen-Biografieforschung

www.feministisches-institut.de - Feministisches Institut Hamburg, Analysen, Positionen

www.frauenbuerosinniedersachsen.de – Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Frauenbüros Niedersachsen

www.frauen-gegen-gewalt.de - Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe in Deutschland

www.frauenrechte.de - terre des femmes, Menschenrechte für die Frau e.V.

www.frauenseiten.bremen.de – Bremer interaktives Frauenportal

www.maedchenmannschaft.net – Preisgekröntes feministisches Weblog

www.pinkstinks.de - Kampagne gegen sexistische Produkte, Werbeinhalte und Marketingstrategien

www.vernetzungsstelle.de – Niedersächsisches Frauenportal der Vernetzungsstelle für Gleichberechtigung, Gleichstellung- und Frauenbeauftragte

www.womenlobby.org - Europäische Frauenlobby in der EU



Sarah, 10 Jahre, Tierarzhelferin



Antonia, 7 Jahre, Arbeiten in einer Tierhandlung



Maria, 10 Jahre, Busfahrerin

Da ist doch noch mehr drin, oder: Wie aus einer Lehrerin eine Hochschullehrerin wurde



Prof.ⁱⁿ Dr. Inge Hansen-Schaberg zur Geschichte der weiblichen Bildung und zur Gleichberechtigung

Inge Hansen-Schaberg spricht ganz unaufgeregt von der Zeit, in der ihr Entschluss reifte und Wirklichkeit wurde, erneut die Uni zu besuchen und zu promovieren. Ihre Tochter war gerade geboren, da schien es ihr der richtige Zeitpunkt, um ihren Wunsch zu verwirklichen. „Früher war ich Lehrerin, viele Jahre, in Berlin. Ich hätte das auch weiter machen können. Und gerade da, als es am besten lief, dachte ich, es wäre wohl mal wieder Zeit für etwas Neues, und so ging ich an die Uni zurück.“ Ihr Mann hat sie sehr darin bestärkt und unterstützt, als sie sich weiter qualifiziert hat und auch ihre Eltern haben ihr mit der Betreuung des Babys geholfen. „Meine Arbeit habe ich teilweise im Haus meiner Eltern fertig geschrieben.“ Erst kam ihr Baby, später kam der Titel.

Sie hat an der TU Berlin am Fachbereich Erziehungswissenschaft promoviert, hat sich in

Potsdam dann auch noch habilitiert und ist Professorin geworden. An den Universitäten in Bremen, Osnabrück und dann für 5 Jahre in Göttingen hat sie Lehraufträge bzw. Lehrstuhlvertretungen wahrgenommen; heute lehrt sie wieder an der TU Berlin.

Für das Thema ihrer Doktorarbeit hatte Inge Hansen-Schaberg nach einer Reformpädagogin gesucht („Reformpädagogik“: ca. 1890-1933). Diese ersten Lehrerinnen waren in den 1990ern noch kaum im öffentlichen Bewusstsein. „Es musste doch auch Frauen geben, nicht nur Männer, die sich in der Reformpädagogik verdient gemacht haben, das war mein Ansatz.“ Sie stieß auf Minna Specht, die aus der Landerziehungsheimbewegung des frühen 20. Jahrhunderts kam und später im Exil in Dänemark und in Großbritannien war. „So bin ich auf Exilforschung gekommen“, erläutert Inge

Hansen-Schaberg den Schwerpunkt ihrer wissenschaftlichen Arbeit. Inzwischen ist sie erste Vorsitzende der Gesellschaft für Exilforschung e.V.

Minna Specht wurde 1946, nach der Rückkehr aus dem Exil, Leiterin der Odenwaldschule. Sie war somit nach dem zweiten Weltkrieg eine der ersten Schulleiterinnen in einer koedukativen Schule, in der Mädchen und Jungen gemeinsam nach einem besonderen reformpädagogischen Konzept erzogen wurden.

Marginalisierte und vergessene weibliche Lebenszusammenhänge der Öffentlichkeit wieder zugänglich zu machen und in der Gesellschaft wieder zu etablieren, das ist Inge Hansen-Schaberg besonders wichtig. In dieses Forschungsfeld passt die in Rotenburg sehr beachtete Ausstellung „Töchter der Alma Mater“, die 2013 im Kantor-Helmke-Haus gezeigt wurde. Sie war der Abschluss eines Forschungsprojekts, das Studierende unter Leitung ihrer Professorin Inge Hansen-Schaberg innerhalb eines Seminars an der Uni Göttingen erarbeitet haben. Wer waren die ersten Frauen, die in Göttingen promoviert wurden, welche Frauen hatten überhaupt Zugang zu höherer Bildung? Diese Fragestellungen lagen zugrunde. Qualifikationen von Frauen rückten so ins Bewusstsein.

Für die Studentinnen aus dem Seminar an der Uni Göttingen, so Inge Hansen-Schaberg, war Frauenbewegung zunächst kein Thema, weil die jungen Frauen Gleichberechtigung als erreicht und gegeben annahmen. Benachteiligungen spüren sie heute nicht mehr, sagen die jungen Frauen. Dass Frauen gerade einmal seit 100 Jahren die Möglichkeit haben, ein Universitätsstudium aufzunehmen, das war ihnen gar nicht klar. Die Geschichte der weiblichen Bildung ist kurz. Den Vorkämpferinnen ist es zu verdanken, dass wir heute gleichberechtigten Zugang zu Bildung haben. Den jungen Studierenden ist erst durch die Arbeit in dem Projekt bewusst geworden, wie besonders es ist, an Bildung teilhaben zu können.

Inge Hansen-Schaberg ist das älteste von drei Kindern. „Wie meine Eltern sagen, hatte ich immer meinen eigenen Kopf“. Aus Flensburg kommend, konnte es für das Studium nicht weit genug weg sein. So ging sie 1974 nach Berlin an die Pädagogische Hochschule, um zunächst für das Lehramt zu studieren. „Ich kam nach Berlin zu genau der richtigen Zeit“,

als nämlich dort an den Universitäten die ersten Frauenseminare entstanden. Sie schloss sich Selbsterfahrungsgruppen an. Schon ihr erstes Lehramts-Staatsexamen handelte von Studentinnen und ihrer spezifischen Verarbeitungsform der Hochschulrealität. Hochschulpolitisch wurde die Studentin Inge Hansen im Frauenreferat des AStA aktiv.

Der Ansatz, weibliche Biografien zu beleuchten, ist ein schier unerschöpfliches, reiches, Thema. Ein dankbares Feld für diejenigen, die es bearbeiten möchten und die sich dafür interessieren. Inge Hansen-Schabergs Veröffentlichungen zeugen davon: Bauhausfrauen, Wissenschaftlerinnen, Frauen in Politik und Pazifismusbewegung. Jedes Jahr erscheint ein Band ihrer Reihe „Frauen und Exil“, den sie herausgibt und in dem sie einen Beitrag schreibt. (Vgl. Lesenswert, S. N.N. in diesem Heft)

Zur Geschichte der weiblichen Bildung kann die Erziehungswissenschaftlerin Prof.in Hansen-Schaberg druckreif sprechen:

Im 19. Jahrhundert hat sich die Schulpflicht durchgesetzt. Das war zunächst die Pflicht, Kinder zu unterrichten – nicht zwangsläufig, sie in die Schule zu schicken. Für Mädchen wurde die Form des Zu-Hause-Unterrichtens gewählt, oder man gab sie auf eine Mädchenschule, in Preußen bis 1908 noch eine Schulform niedrigerer Bildung. Eine formale Qualifikation gab es auf dieser Schule nicht. Auch die höheren Töchter-Schulen hatten lediglich zum Ziel, intellektuell aufgeschlossene Gesellschafterinnen aus den jungen Mädchen zu machen, „damit der Mann sich am häuslichen Herd nicht langweilt“.

Später wurden die Schweiz, ab 1900 Heidelberg und Freiburg die ersten Studienorte für Frauen, die auf einem Nebenweg ihre Studienzugangsberechtigung erworben hatten. Ab 1908 wurde Frauen in allen deutschen Ländern das Ablegen des Abiturs ermöglicht und sie konnten studieren. Bis dahin hatten Frauen an

den Unis nur Gasthörerinnenstatus – wenn der Professor keinen Einspruch erhoben hatte!

Inzwischen laufen die Frauen, die eine akademische Ausbildung erlangen, den Männern den Rang ab. Sie sind als Studierende prozentual überrepräsentiert und haben im Durchschnitt die besseren Abschlussnoten. Dennoch sind sie immer noch nicht in dem Maße in Führungspositionen vertreten, wie sie es proportional sein könnten. In der Wirtschaft wirken nach wie vor die Netzwerke. Die männliche Dominanz bewirkt, dass Männer sich gegenseitig vorschlagen für Führungspositionen. Sie sitzen an den Schaltstellen, wenn Entscheidungen für Neubesetzungen zu treffen sind. „Bei Frauen besteht die Disposition, irgendwann aus dem Berufsleben herauszugehen um eine Familie zu gründen. Das behindert die Karriereabfolge. An den Geburtenraten sieht man nun, dass die Entscheidung mehr und mehr gegen Mutterschaft und Familiengründung und für die Karriere ausgeht.“ Für Frauen stellt sich die Frage, wie sie ihr Leben so führen können, wie Männer es stets tun konnten, weil ihnen der Rücken freigehalten wurde. Berufstätige Frauen mit Kind stehen vor der Herausforderung, beides vereinen zu müssen, weil i.d.R. der Partner auch berufstätig ist und die Vereinbarkeit oft nicht zu seinem Problem macht. „Die vielzitierte Doppelbelastung. Da müsste generell ein Umdenken stattfinden. Berufsarbeit familienträglich zu machen, Familienfreundlichkeit für Männer und Frauen.“ Frauen durch Quote in Aufsichtsräte zu bringen – das sei schon der richtige Weg, meint Inge Hansen-Schaberg, „sonst ändert sich nie etwas.“ Sie selbst ist die Aufsichtsratsvorsitzende der Schulgenossenschaft Eichenschule e.G.

Ich frage noch, wie frau zu einem guten Berufsleben kommt, was bringt eine voran, es zu verwirklichen? Frau Hansen-Schaberg sagt, in ihrem Fall war es, selbstbestimmt arbeiten zu können, auch phasenweise zu Hause arbeiten zu können.

Und auf meine Frage, wer Feminismus braucht, wie da ihr Statement sei, antwortet sie: „Eigentlich braucht die ganze Gesellschaft Feminismus, damit die sich verändert und nicht verknöchert. Den Männern geht es in dieser patriarchalischen Gesellschaft auch nicht gut. Die Frauenbewegung hat ja auch Männer mit bewegt. Von daher ist das wie jede soziale und politische Bewegung wichtig, damit sich die Gesellschaft weiterentwickelt und Perspektiven schafft für Veränderung, für mehr Demokratie, für mehr Toleranz und auch dafür, die verschiedenen Lebenswege und Lebensformen zu akzeptieren, nämlich dass Frauen alleine leben oder Frauen mit Kindern oder Männer mit Kindern, Frauen mit Frauen, Männer mit Männern. Nach der Studentenbewegung hat es ja tatsächlich da ganz große Veränderungen in unserer Gesellschaft gegeben. – Die Frauenbewegung ist im Grunde ja auch eine Protestbewegung, schon damals die historische und auch die zweite Frauenbewegung nach den 1968ern, als die Frauen festgestellt haben, dass die Männer die Strukturen vorgeben.“

Wo sind Frauen im Alltag die Stärkeren, will ich noch wissen. „Lange Zeit wurden Kompetenzen von Frauen unterschätzt. Frauen regeln viel und Frauen machen die Arbeit, die Männer nicht machen wollen. Frauen wollen Verantwortung übernehmen und überzeugen damit auch, z.B. in der Vorstandsarbeit, in der Position der Vorsitzenden. Frauen setzen sich ein für Aufgaben, für die sie sich selbst als geeignet empfinden oder die sie auch mit einer anderen Frau besser ausgefüllt sehen als mit einem Mann, einfach, weil weibliche Kompetenz gefordert ist.

Ich bin immer optimistisch, dass man sich durchbeißen kann. Ich habe darum gekämpft, den Vorstand in der Gesellschaft für Exilforschung zu leiten, weil ich dachte, dass es wichtig ist. Weil ich auch dachte: Ich kann es.“

Text und Foto: Britta Riebesehl



Ein Netzwerk ist immer so gut wie die Summe des Engagements seiner Mitglieder.



Gemeinsam vorwärts kommen.
Rotenburger Unternehmerinnen Netzwerk e.V.
Das Netzwerk für selbstständige Frauen im Landkreis Rotenburg.
Mehr Infos unter www.r-u-n.biz

Machen Sie mit!
Wir freuen uns auf Sie und Ihre Ideen!

Die Netzwerkerin Gesine Griephan

ist 2. Vorsitzende im SIMBAV e.V. Familienforum



Mit fürsorglichen Eltern bis zum 13. Lebensjahr in der DDR aufgewachsen. „Meine Mutter war immer selbstständig, das musste in der DDR auch so sein.“

petenzen bereits vor der Kita aufbauen, während Eltern etwa Gesundheitsratschläge erhalten können. Oder man geht zum Quatsch-Café, bastelt, trifft sich und macht mal nichts. Eltern sollen gestärkt werden in dem, was sie tun. Die Gemeinsamkeit der Eltern, die zum SIMBAV kommen, ist: Wir haben ein kleines Kind. Tatsächlich kommen Leute aus allen Berufsgruppen natürlich auch in Elternzeit - als Paar lebend oder alleinerziehend, letztere sind momentan auffällig häufig vertreten. Vielleicht 35 Prozent der jungen Familien erreicht SIMBAV hier im Umkreis.

Gesine Griephan macht aktuell eine Fortbildung zur Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin. Mit dieser Qualifikation besteht dann die Möglichkeit, ab der 8. Lebenswoche eines Kindes die Betreuung von Familien wahrzunehmen. Ob sie tatsächlich jetzt oder lieber später als Familienkrankenschwester arbeiten möchte, weiß sie momentan noch nicht. „In der Vergangenheit hat sich gezeigt, dass neue Aufgaben immer zum richtigen Zeitpunkt auf mich zukamen. Das wird sich jetzt auch so finden“, hat Gesine Griephan ein ganz gutes Grundvertrauen.

Ich wollte wissen, wie Gesine Griephans persönliche Einstellung zu Elternschaft und Berufstätigkeit ist. Sollten Mütter arbeiten gehen? „Ja“ sagt sie unumwunden, „weil ich glaube, dass sie auch etwas für sich brauchen. Nur Muttersein und nur Haushalt machen ... wer das möchte: gerne. Ich finde es auch toll, wenn eine Mutter in einem DELFI-Kurs sagt: Nein, ich gehe nicht wieder arbeiten, nach einem Jahr schon gar nicht. Da sage ich: Chapeau! Gute Entscheidung, mach wie du möchtest. Und wenn du kein gutes Feeling hast, dein Kind in die Kita zu geben, dann tu's auch nicht. Wenn du Mama sein möchtest, dann sei Mama. Nur weil fast alle ihren Rechtsanspruch auf den Kita-Platz einlösen wollen, muss es ja nicht jede machen.“ Die SIMBAV-Frauen helfen auch bei solchen Lebensentscheidungen. „Wenn

„Ich finde, ich bin Feministin ab da, wo ich selber entscheide, was ich machen möchte. Wenn mir keiner was vorschreibt. Natürlich, innerhalb der Familie hat mein Mann ein Wort mitzureden, wenn ich Fortbildungen machen möchte, die bezahlt werden müssen, die ich nicht allein bezahlen kann. Oder wenn wir uns mit der Kinderbetreuung absprechen müssen.“ Gesine Griephan ist gelernte Kinderkrankenschwester. Die Ausbildung hat sie in Ludwigslust gemacht („Ich bin ein echtes DDR-Kind.“), obwohl ihre Eltern es auch gern gesehen hätten, wenn die Tochter, das einzige Kind, studiert hätte. Nach dem Abschluss ist sie nach Hamburg zu einem Kinderkrankenpflegedienst gegangen, der erste Job. „Dieser Job hat viel dazu beigetragen, dass ich heute bin, wie ich bin. Da war nicht alles schön.“ Vor allem wurde nicht gezahlt. Mit Versprechungen wurde Gesine hingehalten. Die Arbeit selbst gefiel ihr zwar gut, aber nach drei Monaten war das nicht mehr tragbar. „Am Tag meiner Kündigung in Hamburg bekam ich Post vom Diakonien-

krankenhaus in Rotenburg. Dort passte alles gut.“ Erst pendelte sie noch, dann zog das Paar Griephan nach Rotenburg. Nach fünf Jahren Diako kam der Sohn. Ein Jahr Babypause folgte, dann stieg Gesine Griephan langsam wieder beruflich ein. „Ich musste mir von Freundinnen anhören 'Wie? Du gibst dein Kind in die Krippe?'. Max und Moritz, mein Sohn ging dort für ein paar Stunden am Nachmittag hin. Das war noch nicht so üblich.“ Sie übernahm die Elternschule im Diako (Gesine Griephan gab dort DELFI-Kurse und koordinierte die verschiedenen Kursangebote), dann wurde sie mit der Tochter schwanger. In dieser Zeit wurde das SIMBAV gegründet, auf Initiative der Hebamme Antje Jäger und der Arbeitsgruppe „Frauen, Gesundheit, Soziales“ des Rotenburger Präventionsrates. „Im SIMBAV, ich war 2. Vorsitzende des neu gegründeten Vereins, konnte ich immer meine Ideen und Wünsche in der Eltern- oder Familienbildung ausleben. Ich habe weiterhin DELFI-Kurse gegeben, im SIMBAV Babykurse. Kinder können in diesem Zentrum Sozialkom-

aber eine auch als Frau Bestätigung aus ihrem Job braucht, dann überlege ich mit ihr zusammen, wie sie das hinbekommen kann." Die SIMBAV-Frauen zeigen Wege auf, wie Frauen ihre Ideen verwirklichen und wie sie das finanzieren können. So machen sich die Frauen unabhängig. Das Herzstück des SIMBAV ist Begegnung. Rausgehen, nicht alleine zu Hause sitzen, Austausch haben, Ideen einbringen und sie umsetzen, selbstbewusst werden.

Gesine Griephan ist ein DDR-Kind, aufgewachsen in der Platte. Als die Mauer fiel war sie 13 Jahre alt. "Ich hatte eine sehr schöne Kindheit." Als Einzel- und Wunschkind mit schon eher alten Eltern (30 und 40 Jahre alt, das ist ja inzwischen ganz und gar nicht ungewöhnlich), ist sie ganz behütet, umsorgt und geliebt in Demmin aufgewachsen. „Ich hatte nie einen so riesigen Freundeskreis. Aber DDR hat für mich etwas Gutes gehabt im Zusammenhalt, teamfähig zu sein, weil unsere Interessen, unsere Schulaktivitäten einfach gleich waren. Das war schön, eine schöne Zeit. Davon nehme ich viel mit für diese Arbeit."

Einen etwas eigenen Weg ist sie in der DDR dennoch gegangen: Sie war in der Kirche, ist zu Gottesdiensten gegangen und zum Christenlehreunterricht. Sie hat das Nebengleis für einen individuellen Lebensweg genutzt.

Nach dem Abitur, mit 18, ist sie für die Ausbildung nach Ludwigslust gegangen. „Und dann ging es immer ein Stück weiter gen Westen. Erst war es Hamburg, nun Rotenburg. Mir ist schon hier zu wenig Wasser. Weiter in den Süden kann ich nicht ziehen."

Was hat ihre Mutter ihr mitgegeben, will ich wissen. „Meine Mama war immer sehr klar. Ich glaube, sie ist, so wie ich es jetzt für mich auch erlebe, im Erwachsenenalter erst so richtig aufgeblüht und durch mich sowieso. Sie ist nicht diejenige, die immer vorweg gegangen ist. Da hat sicher eine gewisse Vorsicht mitgespielt, weil sie bei anderen Frauen schon Repressalien gesehen und miterlebt hat. Etwas Zurückhaltung war der bessere Weg für sie. Trotzdem ist sie, etwa in der Schule, auch mal für mich eingestanden." Ihre Mutter ist ihre beste Freundin, sie war immer da, sagt Gesine Griephan, ohne dass es kitschig klingt, weil es so ehrlich rüberkommt „Es gibt Wochen, da telefonieren wir jeden Tag miteinander."

In der DDR hat die Mutter bald wieder gearbeitet, als die kleine Gesine ein Jahr alt war. Sie war nicht in der Krippe, für sie ging Fremdbetreuung erst mit dem Kindergarten los. "Ich bin ein totales Oma-Kind, meine Oma hat auf mich aufgepasst. Das war super. Meine Oma

war eine herzensgute Frau." Aha, da kommt ja noch eine Frauengeneration in die Geschichte der Gesine Griephan. Sicher, der Vater hat eine Rolle in der Familie gespielt, aber als ein Kind der Kriegsgeneration hat er seine eigene Geschichte und stets eine gewisse Strenge gezeigt. Mutter und Oma taten dem Mädchen Gesine rundum wohl. Dass viel Liebe nicht schadet, sondern zufrieden und stark macht, kann man an Gesine Griephan betrachten! Aber sie wurde auch zur Selbständigkeit erzogen. „Ich hatte ja nun keine Geschwister, ich musste mich immer mit mir selber beschäftigen. Welcher Erwachsene hat schon Lust, ständig mit dem Kind irgendetwas zu tun?" Das hat sicher geholfen, sich als ganz junge Frau zu lösen und sich auf den eigenen Weg zu begeben, wegzuziehen. „Ich wusste ja, ich kann auch wieder zurückkommen. Ich konnte immer zu meiner Oma kommen. Wenn ich mit meinen Eltern Probleme hatte, konnte ich die meiner Oma erzählen. Ich glaube, ich bin schon sehr Frauen-geprägt." In der Tat, es klingt nach einem guten weiblichen Netz.

Ein weibliches, ein familiäres Netz. Was ist das SIMBAV anderes? Gesine Griephan strickt ja geradezu daran, damit das Netz fester wird, größer. „Vielleicht ist das so meins. Von dem, was ich gelernt habe, etwas weiterzugeben", denkt sie laut nach.

Wie sind denn die jungen Frauen, die ins SIMBAV kommen? Was ist wohl ihr Verständnis von Feminismus? „Ich glaube das wandelt sich gerade“, schätzt Gesine Griephan die Frauen ein. „Ich weiß ja nicht, wie man hier früher aufgewachsen ist, ich höre es nur von den Frauen. Da herrschte eher das ‚Ich bin zu Hause und mache meins, bin hier und da ehrenamtlich tätig und ansonsten geht mein Mann arbeiten‘ vor. Auch hier auf dem Lande komme aber nun eine neue Generation. „Ich erlebe jetzt Frauen, die sagen: Ich bin ich. Ich will auch etwas tun, und ich möchte auch etwas für die Gemeinschaft tun.“

Wie geht es den Frauen, die allein sind, die kein stabiles eigenes Erwerbseinkommen haben? „Die schrauben ihre Bedürfnisse zurück und gucken einfach, bis die Kinder größer sind", vermutet Gesine Griephan. „Ein Zurück ins vorherige Berufsleben ist Illusion. Zum einen gibt es, entgegen der öffentlichen Aussagen, nicht genug Betreuungsplätze und die Frauen wollen ihre Kinder auch nicht zehn Stunden in die Kita geben. Die Frauen, die ich hier im SIMBAV kennenlerne, sind Mama, weil sie Mama sein wollen. Sie wollen auch arbeiten

gehen, denn dort kriegen sie Bestätigung. Das kriegen sie auch irgendwie hin. Die, die nicht arbeiten gehen, holen sich die Bestätigung auf eine andere Art und Weise", beobachtet die Familienkrankenschwester.

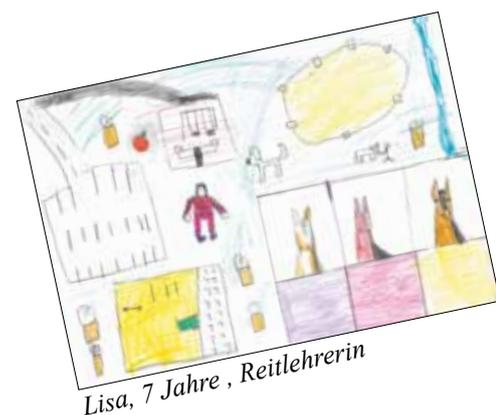
„Ich habe auch einen Papa hier. Beim ersten Kind war die Mutter zu Hause, beim zweiten Kind ist er zu Hause. Da kommt wirklich eine neue Generation, so Stück für Stück." Auch wenn es erst ein Vater ist, die Gesellschaft nimmt an diesen neuen Lebensmodellen inzwischen weniger Anstoß.

Wer braucht Feminismus? Gesine Griephan überlegt. „Unsere Kinder. Unsere Kinder brauchen einfach starke Mütter und Frauen. Um die Kinder stark zu machen. Dem Feminismus der vergangenen Jahre ist es sicher geschuldet, dass unsere Unis voll von Mädchen und Frauen sind. Das wird sich in den nächsten Jahren nochmal sehr auswirken in der Gesellschaft, glaube ich. In der Folge muss es dort, wo Frauen arbeiten, in Zukunft kinderfreundlicher werden." so Gesine Griephan.

Britta Riebeschl

Britta Riebeschl

Zum Verständnis: SIMBAV steht für "Schwangere Information Mütter Babys Austausch Väter", DELFI ist ein Konzept evangelischer Familienbildung und steht für "Denken, entwickeln, lieben, fühlen individuell", "Max und Moritz" war die erste aus einer Elterninitiative entstandene Kinderkrippe in Rotenburg und "welcome" ist eine bundesweite Initiative zur Unterstützung junger Familien durch Ehrenamtliche.



Lisa, 7 Jahre, Reitlehrerin

Frauenhaus – ein Portrait



Es ist zwar mitten in der Stadt, aber etwas vom Zentrum weg in einer eher stillen Straße. Von dort können alle Ämter gut erreicht werden und das ist wichtig. Es ist ein geheimer Ort, das heißt, niemand kennt die Adresse und wer einmal dort war, weiß, dass die Adresse unbekannt bleiben muss. Es ist in der einen Stadt vielleicht eine große Wohnung oder zwei, in der anderen ein früheres Hotel und in der dritten ein ehemaliges Pflegeheim. Vielleicht zwei Stockwerke, eine Terrasse, ein Balkon. Es gibt darin ein Büro, einen Beratungsraum, Badezimmer, große Küche, Spielzimmer, einen Gemeinschaftswohnraum und einen Essraum sowie mehrere Zimmer mit einem oder auch mehreren Betten.

Das Haus ist immer belegt. Es wohnen dort Frauen, viele mit Kindern. Sie alle sind vor ihren gewalttätigen Partnern dorthin geflohen. Tagsüber sind die Mitarbeiterinnen da und helfen. Sie beraten, trösten, gehen mit zu Behörden, telefonieren mit Angehörigen. Nachts gibt es einen Bereitschaftsdienst.

Manche Frauen bleiben lange da, Wochen und Monate. Sie wagen es nicht, eine Wohnung anzumieten und allein zu bewohnen. Sie leben vielleicht in panischer Angst, dass sie gefunden und gequält werden und sie wissen nicht, wie es weiter geht.

Manche schaffen es nach einer Zeit der Umorganisation und Orientierung, allein für sich zu sorgen und ihr Leben in die eigenen Hände zu nehmen. Manche bleiben nur kurz und gehen wieder zurück, weil sie hoffen, dass es nun besser wird. Weil sie Schuldgefühle haben. Weil sie sich schämen. Weil die Kinder nicht die Schule wechseln sollen. Weil die ganze Restfamilie mit dran hängt. Weil da doch noch Liebe ist. Die kommen dann vielleicht wieder und schaffen es erst nach mehreren Versuchen und nach großer Gefahr, sich zu trennen.

Alle diese Frauen brauchen Hilfe und Ver-

ständnis und Zeit, um ihre Erlebnisse zu verarbeiten. Das bekommen sie in diesem Haus.

Das Haus ist ein Frauenhaus. Es wurde Anfang der neunziger Jahre eingerichtet. In der einen Stadt von engagierten Feministinnen, die im Verein die Trägerschaft übernommen haben, in der anderen von einer sozialen Einrichtung oder von der Kommune.

Bei uns in der Umgegend gibt es Frauenhäuser in Walsrode, Verden, Zeven und Bremen.

Ein Beispieltag im Frauenhaus: Um dreiundzwanzig Uhr nachts wird eine Frau mit ihren beiden Kindern nach einem Polizeieinsatz von einer Frauenhausmitarbeiterin abgeholt. Um Mitternacht endlich sind die Kinder im Bett, die Frau aber ist aufgewühlt und verzweifelt und kann nicht schlafen. Am nächsten Morgen ist die Familie schon früh auf den Beinen und weiß nicht, wie es weitergeht. Nicht einmal Geld um die nötigsten Sachen zum Frühstück

einzukaufen ist da. Sie bekommen etwas aus dem „Notfallschrank“ im Frauenhaus. Das ältere Kind ist unzufrieden und ungeduldig. Es will nach Hause, in die gewohnte Schule und sich nachmittags mit einem Freund treffen. Und das kleinere Kind weicht der Mutter nicht von der Seite. Es wirkt verängstigt. Die Frau muss jetzt aktiv werden und die Kinder schnell von Schule und Kita abmelden. Sie hat aber Angst, dass sie gefragt wird, warum sie das macht und wo sie jetzt ist. Bald nach dem Frühstück kann sie mit einer Mitarbeiterin sprechen und loswerden, was zu Hause passiert war. Das tut ihr gut, sie fühlt sich verstanden und beschützt. Es wird besprochen, wie es jetzt weitergeht. Sie braucht einen Termin beim Arzt, weil sie Schmerzen hat nach der Gewalt, die ihr angetan worden ist. Aber sie hat nichts mitgenommen, keine

Krankenversicherungskarte – auch keine Ausweise, keine Kleidung. Und die Schulsachen und das wichtigste Spielzeug für die Kinder sind noch im Haus. Gemeinsam mit der Mitarbeiterin wird überlegt, wie sie geschützt und unbemerkt in die Wohnung kommen oder ob jemand anders für sie die Sachen holen könnte. Sie füllen gemeinsam den Hartz-IV-Antrag aus, aber auch dafür fehlen ihr Unterlagen, die sie zu Hause hat. Sie informiert ihre Mutter und ist dabei sehr bewegt und verzweifelt. Dann muss sie für ihre verunsicherten Kinder kochen, die Kinder stellen viele Fragen, auf die sie noch keine Antwort hat. Aber beim Essen lernt sie andere Frauen kennen, denen es genauso ergangen ist und mit denen sie sich ein wenig austauschen kann. Um drei Uhr nachmittags ist sie dann beim Arzt. Am Nachmittag beginnen die Kinder das Spielzimmer zu erkunden und sie selber sieht sich im Haus in den weiteren Räumlichkeiten um. Um achtzehn Uhr gibt es ein gemeinsames Abendbrot und anschließend bringt sie die Kinder ins Bett. Um zwanzig Uhr ruft sie ihren Bruder an um ihn zu bitten, ihre persönlichen Sachen aus der Wohnung zu holen. Zu ihrer großen Enttäuschung erfährt sie aber von ihm keine Unterstützung, sondern er fordert sie auf, wieder nach Hause zu gehen. Am Ende des ersten Tages fällt sie erschöpft ins Bett. Für die Frauenhausmitarbeiterinnen war es ein eher ruhiger Tag, häufig gibt es größere, dramatischere Schwierigkeiten. Für die Frau waren es existentielle Erfahrungen. Vielleicht beginnt für sie ein anderes Leben.

Brigitte Borchers mit Unterstützung durch Mitarbeiterinnen des Frauenhauses Zeven

Frauen, die häusliche Gewalt erleben, können sich Hilfe holen. In diesem Kasten haben wir die wichtigsten Telefonnummern zusammengestellt.

Frauenhaus Zeven: 04281/8367 (nachts: 110)

Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt (BISS), Zeven: 0421/983 6060

Frauen helfen Frauen e.V., Walsrode, Notruf: 05161/73300

www.frauen-helfen-frauen-ev.org

Frauenhaus Verden, Notruf: 04231/961970

www.frauenhaus-verden.de

Bundesweites kostenloses Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen": 08000/116 016

(Falls möglich, sollten folgende Dinge mitgebracht werden: Ausweis, Pass, Geburtsurkunde, Heiratsurkunde, Geld, Kontokarte, Sparbücher, Babynahrung, evtl. Medikamente)

KLEIDUNG, ihre Produktion und deren Folgen

Vor etwas mehr als einem Jahr ist in Bangladesch eine große Textilfabrik eingestürzt. Viele Menschen kamen zu Tode. Eine Zeit lang war die Frage, unter welchen Bedingungen unsere Kleidung produziert wird, in den Medien präsent. Ein Jahr nach dem Unglück blitzte sie kurz erneut auf.

Die Fabrik erfüllte, wie andere immer noch, keine Sicherheitsbedingungen, wie wir sie für hiesige Fabriken fordern würden. Schlechte Arbeitsbedingungen für die Näherinnen, vor allem Frauen, um möglichst billig produzieren zu können. Verursacht durch die Auftraggeberinnen – also letztendlich durch mich, die ich die Kleidung kaufe.

Was kann ich tun?

Natürlich: weniger kaufen, Kleidung weitergeben oder tauschen, second hand Kleidung erwerben.

Aber ich möchte mir auch etwas Neues, Hübsches kaufen können, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben.

Worauf achte ich am besten? Je billiger die Kleidung, desto größer die Wahrscheinlich-

keit, dass sie unter ausbeuterischen Bedingungen hergestellt wurde. Aber auch teurere Markenfirmen lassen unter unfairen Bedingungen produzieren.

Also suche ich nach fair hergestellten Kleidungsstücken: Die sozialen, ökonomischen und ökologischen Produktionsbedingungen sollen so sein, daß niemandem in der Produktionskette geschadet wird.

Für die Verbraucherin gibt es die Siegel verschiedener Zertifizierungsfirmen, auf die sie beim Kauf achten kann. Die Vielfalt ist etwas verwirrend: Fair Wear Foundation, GOTS (Global Organic Textile Standard), Naturtextil IVN (Internationaler Verband der Textilwirtschaft e.V.) zertifiziert BEST, Naturleder IVN zertifiziert, MADE-BY oder SA8000 (Standard for Social Accountability (dt. "Standard für soziale Verantwortlichkeit")).

Es finden sich in großen Städten und im Internet Läden, die nur Kleidung zertifizierter Firmen anbieten.

Frauke Steinmüller



Links zum Thema:

- <http://www.global-standard.org/de/>
- <http://www.naturtextil.com/>
- <http://www.made-by.org/>
- <http://www.sa-intl.org/>
- <http://www.fairwear.org/>

Hokuspokus

Mondin und Menstruation

Es soll einen Zusammenhang geben – zwischen der Mondin und der Menstruation. Produkte der Monatshygiene wie der „Mooncup“ beziehen sich ja offensichtlich darauf.

Manche Frauen sehen den Mond als Symbol für matriarchales Bewusstsein und zyklische Erneuerung, glauben daher, daß es Kraft spenden soll, im Einklang mit der Mondin zu menstruieren. Doch hier beginnen sich schon die Geister zu scheiden – bei Neumond oder Vollmond oder sonst einer Mondphase?

Die Mondin durchläuft einen ganz regelmäßigen Zyklus, also alle 28 Tage halb, voll, neu. Aber der Zyklus der meisten Frauen ist nicht 28 Tage lang (meine gar nicht repräsentative Umfrage ergab eine Zykluslänge von 26 bis 42 Tagen, mit genau einmal 28 Tagen). Und die Länge ist eher nicht stabil,

eine Reise, Krankheit, Streß, schon verändert sie sich. Einmal verschoben, vor der Menopause lässt sich das wohl nicht mehr zurecht rücken? Und vor allem, WIE sollte frau den Zyklus bewusst verrücken?

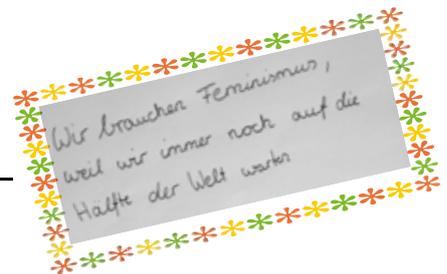
Sollte also für fast alle Frauen die erhoffte Kraft nicht erreichbar sein? Eher ist das Ganze ein großer Hokuspokus.

Falls ich einer Leserin auf das Rückholfächchen getreten bin – melden Sie sich!

Frauke Steinmüller

Fußnote:

Die Mondin – so genannt von Frauen, die den Mond als Symbol für matriarchales Bewusstsein und zyklische Erneuerung sehen. Sie orientieren sich auch an romanischen Sprachen: la luna, la lune.



Computer-Schulungen für Frauen, Kinder und Senioren



Karin Munke
 Bahnhofstraße 12 • 27404 Zeven
 Telefon: 04281 7038

KarinMunke@CompuSchulungen.de
 www.CompuSchulungen.de



Es gab und gibt viele kluge Frauen in den weltweiten Frauenbewegungen. Diesmal hätten wir am liebsten wenigstens dreißig Frauen hier im Kurzportrait vorgestellt. Frauen, die für die Geschichte der Frauenemanzipation eine Rolle gespielt haben oder noch spielen. Vordenkerinnen, Streiterinnen für

gleiche Rechte und Chancen. Das wären natürlich zu viele gewesen und wir mussten uns beschränken. Schade eigentlich...



Dorothea Erxleben (1715-1762)

Dorothea Erxleben konnte als erste Ärztin in Deutschland 1754 nur mit einer Ausnahmege-
nehmigung in Halle promovieren. Zur Ärztin
ausgebildet wurde sie von ihrem Vater. Neben
der Arbeit in ihrem großen Haushalt mit 9 Kin-
dern praktizierte sie in Quedlinburg. Ihre Pro-
motion reichte sie erst ein, nachdem Kollegen
sie mit dem Vorwurf der Pfuscherei loswerden
wollten.

Dorothea Erxleben publizierte eine „Gründliche
Untersuchung der Ursachen, die das weibliche
Geschlecht vom Studieren abhalten“ (1742)

Frauke Steinmüller



Hedwig Dohm (1831-1919)

Hedwig Dohm (1831-1919)

war eine intellektuelle Frau, die sich zeitle-
bens vehement für Frauenrechte engagiert hat.
Trotz geringer Schulbildung (sie hatte 17 Ge-
schwister) hatte sie sich als Autodidaktin gro-
ßes Wissen angeeignet. Sie machte sich vor
allem stark für eine bessere Ausbildung von
Mädchen und Frauen und den freien Zugang
zu Universitäten und allen Berufen sowie be-
reits ab 1873 für das Wahlrecht für Frauen.

Hedwig Dohm konnte messerscharf analysieren und formulieren und hat ein umfangreiches Werk bestehend aus Romanen, Novellen, Theaterstücken und Essays veröffentlicht – ihre Texte sind noch immer aktu-
ell. Hedwig Dohm war die Großmutter von Katja Mann (Mathematike-
rin und Ehefrau von Thomas Mann).

Brigitte Borchers



Rosa Luxemburg (1871-1919)

„Freiheit ist immer Freiheit des Andersdenkenden“
Rosa Luxemburg wurde am 05. März 1871 in Polen
geboren und gehörte Zeit ihres Lebens benachteilig-
ten, oft verfolgten Minderheiten an. Sie war Jüdin
– und wenn sie auch zur Religion keinen Bezug hat-
te, entging sie doch dem Antisemitismus nicht. Ihr
Wille ein selbstbestimmtes Leben zu führen, gegen
die engen Vorstellungen ihrer Zeit, war provokant
und steter Grund Ihrer Verfolgung. Sie war eine
promovierte Akademikerin und wirkte in der pol-
nischen und deutschen Sozialdemokratie – zu einer
Zeit, da noch kaum Frauen studierten, geschweige
denn in der politischen Öffentlichkeit standen. Als Kriegsgegnerin und
überzeugte Marxistin, verließ sie die SPD 1914 um mit sechs anderen
SPD-Linken die „Gruppe Internationale“ zu gründen.

Rosa Luxemburg ließ und lässt niemanden gleichgültig. Kompromisslos
und stimmungswaltig vertrat sie ihre Überzeugungen. Mit menschlicher
Wärme und mitreißendem Temperament vermochte sie jeden für sich
zu gewinnen, der sich vorurteilsfrei auf sie einließ. Verschreckt indes
reagierten jene, die sich ihr nicht gewachsen fühlten. Am 15. Januar 1919
wurde sie zusammen mit Karl Liebknecht von Angehörigen der Garde-
Kavallerie-Schützen Division ermordet.

Kathrin Hammermeister



Emmeline Pankhurst (1858-1928)

Emmeline Pankhurst war eine der Frontfrauen
der Suffragettenbewegung in England. Glück-
lich verheiratet, Mutter von 5 Kindern, lernte
sie als Mitglied des Manchester Ausschusses
für Armenrechtspflege das Elend vor allem ar-
mer Frauen und ihrer Kinder kennen. Sie war
überzeugt: Die Situation ließ sich nur durch
das Wahlrecht für Frauen ändern. Zuerst mit
kreativen Protestformen, Demonstrationen,
Petitionen und Kundgebungen kämpften sie
und ihre Mitstreiterinnen und Mitstreiter für
das Frauenwahlrecht – ohne Erfolg. Schließ-
lich gründeten sie, darunter auch ihre Tochter Christabel, eine eigene
Frauenwahlrechtsunion, die immer radikalere Protestformen (Fenster
einwerfen, Brandanschläge) nutzte. Inhaftierte Mitkämpferinnen traten
in Hunger-/Durststreiks, um wieder freigelassen zu werden. Das Wahl-
recht erhielten die Engländerinnen erst 1928, Emmeline Pankhursts To-
desjahr.

Frauke Steinmüller



Elisabeth Selbert (1896-1986)

„Die mangelnde Heranziehung von Frauen zu öffentlichen Ämtern und ihre geringe Beteiligung in den Parlamenten ist doch schlicht Verfassungsbruch in Permanenz“.

Elisabeth Selbert war 1949 eine der vier "Mütter des Grundgesetzes". Ihr entscheidender Beitrag zum Grundgesetz war die Formulierung von Artikel 3 „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“. So wurden große Teile z.B. des bisherigen Familienrechtes verfassungswidrig. Rechtswissenschaften studiert hatte Elisabeth Selbert, als sie bereits Mutter von 2 Kindern war, mit Unterstützung ihrer Eltern und ihres Mannes mit 30 Jahren als eine von ganz wenigen Frauen in Marburg und Göttingen.

Frauke Steinmüller



Luise F. Pusch (geb. 1944)

Luise F. Pusch ist eine feministische Schriftstellerin und Linguistin. Schon in den 1970er Jahren widmete sie sich der geschlechtergerechten Sprache. U. a. ihr verdanken wir die Bewusstmachung, dass stets nur die männliche Form in der deutschen Schrift Verwendung findet. Eines ihrer Verdienste: Seit 2006 steht das Pronomen "frau" im Duden, findet aber in der Anwendung statt des im eigentlichen Sinne neutralen, jedoch wie "Mann" ausgesprochenen "man" noch keine allgemeine Akzeptanz. "Ich sage immer, die deutsche Sprache verbirgt oder versteckt die Frau besser als jede Burka. Unter einer Burka steckt eine Frau und in Umrissen ist sie auch erkennbar. Aber unsere Sprache bringt die Frauen sprachlich zum Verschwinden."

Aktuell veröffentlicht sie Glossen, u.a. auf fembio.org.

Britta Riebesehl



Susanne Baer (geb. 1964)

Die Juraprofessorin ist seit 2011 Richterin am Bundesverfassungsgericht. Schwerpunkte ihrer wissenschaftlichen (feministischen) Arbeit waren bisher feministische Rechtswissenschaft, Gleichstellungsrecht und Antidiskriminierungsrecht. An der HU Berlin hat sie einen Lehrstuhl für öffentliches Recht und Geschlechterstudien und leitete das GenderKompetenzZentrum. 2013 erhielt sie den Augspurg-Heymann-Preis, den Preis für couragierte Lesben.

Frauke Steinmüller



Simone de Beauvoir (1908-1986)

Die Französin war eine existentialistische Schriftstellerin und Philosophin, die Romane, Erzählungen, Essays und Memoiren veröffentlichte. Ihr 1951 auf Deutsch (1949 im Original) erschienenes Buch „Das andere Geschlecht“ analysierte die Unterdrückung der Frau im Patriarchat. Mit dieser theoretischen Grundlage inspirierte sie die „zweite“ Frauenbewegung nach 1968, sie gilt als eine ihrer Mitbegründerinnen.

Frauke Steinmüller



Malala Yousafzai (geb. 1997)

Malala Yousafzai ist die jüngste Frau, die je für den Friedensnobelpreis nominiert war. Wie kam sie 2013 dazu? Als die Taliban das Swat-Tal, Malala Yousafzais Heimatregion in Pakistan, beherrschten, wurde es Mädchen unmöglich gemacht, zur Schule zu gehen. Mit Unterstützung ihres Vaters schrieb Malala Yousafzai 2009 über ihr damaliges, sehr eingegrenztes Leben einen Blog bei BBC, später wurde eine Dokumentation über sie gedreht und sie setzte sich öffentlich für das Recht (von Mädchen) auf Bildung ein. Auch als sie und die anderen Mädchen wieder zur Schule gehen durften, bleibt sie politisch aktiv. Um sie zum Schweigen zu bringen, schoss ein Talibananhänger auf sie. Sie überlebte den Angriff und wurde weltweit ein Symbol für den Kampf von Mädchen/Frauen um das Recht auf Bildung.



Frauke Steinmüller

Noch einige wenigstens per Zitat:

Olympe de Gouges (1748-1793)

Aus der „Erklärung der Rechte der Frau und Bürgerin“ (1791): „Mann, bist du fähig, gerecht zu sein? Es ist eine Frau, die dir diese Frage stellt, zumindest dieses Recht nimmst du ihr nicht. Sag mir, wer hat dir die unumschränkte Herrschaft verliehen, mein Geschlecht zu unterdrücken? Deine Kraft? Deine Begabungen? Beobachte den Schöpfer in seiner Weisheit; prüfe die Natur in ihrer ganzen Größe, der du dich annähern zu wollen scheinst, und gib mir, wenn du es wagst, ein Beispiel für diese Tyrannenherrschaft.“

Louise Otto Peters (1819-1895)

„Die Geschichte aller Zeiten und die unsrige ganz besonders lehrt es, dass diejenigen auch vergessen wurden, welche an sich selbst zu denken vergaßen – welche nicht entschieden eintraten für ihre Rechte.“

Anita Augspurg (1857-1943)

„Das Recht der Frau soll den Gegenstand meiner Besprechung bilden! - Wo herrscht es? Wo ist es zu finden? - Wo kann man es kennenlernen? - Das Recht der Frau ist heute noch fast überall ein theoretischer Begriff, praktisch vorhanden ist es in den Ländern der alten Welt nur in elementaren Ansätzen.“

(Anita Augspurg, Das Recht der Frau, in: Der Internationale Kongress, Berlin 1897)

Rita Süßmuth (geb. 1937)

„Feministin zu sein, ist das mindeste, was eine Frau tun kann.“

Susann Sonntag (1933-2004)

„Feminismus hat im Laufe der Zeit viel bedeutet - auch viel Überflüssiges. Man kann ihn definieren als einen Standpunkt - in Bezug auf Gerechtigkeit, Würde, Freiheit -, den sich fast alle selbständigen Frauen zu eigen machen würden, wenn sie nicht die Vergeltung fürchteten, die ein derart anrühiges Wort regelmäßig provoziert.“

(Zugeschickt von Inge Dotschkis-Hillejan)

Calamity Jane (1852-1903)

Ich kümmere mich um meine eigenen Angelegenheiten, aber vergiss nicht: Wenn es etwas gibt, was die Welt hasst, so ist es eine Frau, die sich um ihre eigenen Angelegenheiten kümmert."

Christina Thürmer-Rohr (geb. 1936)

„Feminismus ist nicht Glück, sondern Erkenntnis. Wenn diese etwas mit „Glück“ zu tun hat, dann ist es das Glück, zur menschlichen Würde zu gelangen, die Geducktheit der weiblichen Norm und ebenso die Fesselung des eigenen Ich hinter sich lassen zu können: das Glück, etwas zu entwirren, aufzudecken, zu beleuchten, das normgemäß unentdeckt bleiben soll und von niemand anderem als von Frauen selbst ans Licht gebracht werden kann.“

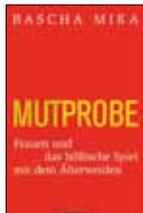
(Christina Thürmer-Rohr: Befreiung im Singular in: Verlorene Narrenfreiheit, Essays, Berlin, 1994)

Sonja Eismann (geb. 1973)

„Die meisten von uns hier kennen vermutlich das Gefühl, mit der Erklärung der vermeintlich simpelsten Sache der Welt - es gibt keinen Grund, warum Männer und Frauen nicht die gleichen Rechte haben sollten - auf Granit zu beißen.“

Wer stand noch auf unserer Liste? Emilie du Chatelet (1706-1749) / Mary Wollstonecraft (1759-1797) / Catharine Macaulay (1731-1791) / George Sand (1804-1876) / Luise Büchner (1821-1877) / Helene Lange (1848-1930) / Elizabeth Cady Stanton (1815-1902) / Minna Cauer (1841-1922) / Clara Zetkin (1857-1933) / Bertha von Suttner (1843-1914) / Hubertine Auclert (1848-1914) / Ethel Smyth (1858-1944) / Emely Davison (1872-1913) / Betty Friedan (1921-2006) / Ruth Klüger (geb 1931) / Helke Sander (geb. 1937) / Elisabeth Badinter (geb. 1944) / Schirin Ebadi (geb 1947)

LESENSWERT

Bascha Mika**Mutprobe****C. Bertelsmann Verlag,
München, 2014, 17,99 €**

Die ehemalige Taz-Chefredakteurin Bascha Mika hat eine flüssig zu lesende Streitschrift über die Diskriminierung von älter werdenden Frauen in unserer Gesellschaft geschrieben. Sie hat gut recherchiert und regt sich zu Recht auf. Und wundert sich, warum sich die Frauen nicht längst gegen die allgegenwärtigen Demütigungen wehren... Pflichtlektüre für Frauen ab 45!

Tipp von Brigitte Borchers

Jenni Fagan**Das Mädchen mit dem Haifischherz****Roman****Verlag Antje Kunstmann, München,
2014, 19,95 €**

Ich habe es nicht gelesen, aber ich habe eine Radiosendung darüber gehört – und war gefesselt! Ich werde mir das Buch auf jeden Fall kaufen und empfehle es hier wärmstens, es kann nur großartig sein! Es ist ein Roman über eine schwer erziehbare 15jährige, die in England von Heim zu Heim gereicht wird und um ihre Würde kämpft. Es ist nicht ohne Hoffnung, denn sie hat ein Haifischherz und "eine harte, raue und sehr lustige Stimme, die einem direkt von der Seite weg an den Ohren zieht", schreibt The Times.

Tipp von Brigitte Borchers

Claudia Koppert**Sisterhood – eine Sehnsucht****Roman****Erscheint im August 2014, auch als E-Book, Eigenedition bei BoD, 14,90€**

Sehnsucht weder aufgeben noch festhalten, auch nicht gegeneinander wenden, sondern verwandeln – wie kann das gehen?

Um 1980. Privat und öffentlich gehen Frauen auf die Barrikaden, alles Mögliche treibt sie, eine Zuversicht trägt sie: »Sisterhood is powerful!« Viele Jahre später ist Martha in Auseinandersetzungen mit ihrer fünfzehnjährigen Tochter Rosa verstrickt. Das Frauenaktionszentrum gibt es schon lange nicht mehr, und aus ihrer letzten Wohngemeinschaft ist sie vor Jahren ausgezogen. Aber dann begegnen ihr



unerwartet frühere Mitstreiterinnen, und alles ist wieder da... Im Strudel des Erinnerns verändert sich Marthas Blick auf die ehemaligen Mitstreiterinnen und die politischen Differenzen. Es ist eine innere Befreiung – von überbordenden Hoffnungen, Ansprüchen, Enttäuschungen. Auch ihr Verhältnis zu Rosa entspannt sich, Martha verfolgt, wie ihre Tochter sich in ihrer Weiblichkeit ausprobieren. Und sie beginnt, ihre Geschichte für Rosa aufzuschreiben.

Von Ferne bäugt und widerwillig begleitet wird Martha von P. A., der einst großmächtigen Pallas Athene, die im Himmel vor sich hin dämmert und für aufbegehrende Frauen eigentlich noch nie etwas übrig hatte.

Einen Vorabdruck gibt es auszugsweise in dieser HELENE (Seite 16) und eine Lesung mit Claudia Koppert wird am 8. Oktober ab 19 Uhr in der Cohnscheune in Rotenburg stattfinden. (s. Termine)

www.maedchenmannschaft.net

ist ein „Gemeinschaftsblog junger Feminist_innen“, auf dem sich ein riesiger Schatz unterschiedlichster Texte zu aktuellen Themen aus feministischer Sicht findet, z. B. zu Mutterschaft, Behinderung, Dicksein oder zur Arbeitswelt. Einmal auf der Seite gelandet, fesseln mich die vielfältigen Meinungen, Ideen, Diskussionen, Beobachtungen und Links leicht über Stunden.

Tipp von Frauke Steinmüller

Gerd Brantenberg**Die Töchter Egalia****Roman****Verlag Frauenoffensive, zur Zeit nur antiquarisch**

Diese Buchempfehlung verdanken Sie meinem Deutschunterricht in der Mittelstufe (Hessen), damals war das Thema die verwendete Sprache.

Seitdem habe ich Die Töchter Egalia als eines weniger Bücher mehrfach gelesen und am häufigsten verschenkt.

In Egalia wird die Gesellschaft von Direktorinnen befraucht. Die Männer sind das schwache Geschlecht, empfangen die Kinder und bleiben als Hausmänner Zuhause. In dieser egalitären Gesellschaft entwickelt sich eine Männerbewegung, die durch spektakuläre Aktionen wie PH-Verbrennungen auf ihre Rechte aufmerksam macht.

Wenn man sich an die Sprache gewöhnt hat – ein heute schon historisch zu nennender, unterhaltsamer Blick auf die Entwicklung der Frauenbewegung.

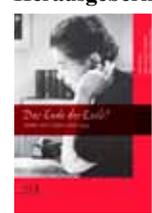
Tipp von Frauke Steinmüller

Barbara Beuys**Die neuen Frauen - Revolution im Kaiserreich, 1900-1914****Hanser Verlag, 24,90 Euro**

Nachfolgend ein Einführungstext (incl. Link) vom WDR zu einem Interview mit der Autorin:

„Die Freiheits- und Grundrechte, die das erste deutsche Parlament 1848 in der Frankfurter Paulskirche verabschiedete, galten nur für Männer... Im deutschen Kaiserreich gewinnen die Frauen an Einfluss und werden stetig zu einem wichtigen Teil des öffentlichen Lebens. Sie kämpfen für ihr Recht auf Bildung, Arbeit und politische Teilnahme. Erstmals sind Frauen berufstätig, sind Ärztinnen, arbeiten in Büros und Postämtern. Frauenvereine bringen Themen wie Sexualität und Scheidung zur Sprache. Entlang der "neuen Frauen" spinnst Barbara Beuys anhand von Autobiografien, Tagebüchern und Literatur ihr Erzählungsnetz über die Geschichte der Frauenemanzipation vor über hundert Jahren. Einige Themen sind bis heute die gleichen wie damals.“ www.wdr3.de/literatur/beuysdieneuenfrauen100.html

*Tipp von Dr. Karin Ehrlich
und Landesfrauenrat*

Schriftenreihe „Frauen und Exil“**edition text+kritik****Herausgeberin: Inge Hansen-Schaberg**

Obwohl die Exilforschung seit drei Jahrzehnten einen beachtlichen Erkenntnisgewinn zu verzeichnen hat, wird die geschlechterdifferenzierende Perspektive in den Untersuchungen nur als ein Aspekt unter vielen berücksichtigt.

Um auf die dadurch entstehenden Forschungslücken aufmerksam zu machen, richtet sich der Fokus der neuen Schriftenreihe "Frauen und Exil", die von Inge Hansen-Schaberg herausgegeben wird, auf den weiblichen Lebens- und Arbeitszusammenhang. (Text aus: www.exilforschung.de, Gesellschaft für Exilforschung)

(Vgl. Portrait von Inge Hansen-Schaberg in dieser HELENE)

Historische Jahrgänge von**„Courage“ und „Emma“**

Mir wurden einst zwei Kartons mit Frauenzeitungen geschenkt: Mit Courage, der feministischen Berliner Frauenzeitung (Jahrgänge 76-83) und Emma (Jahrgänge 77-79). Es ist sehr interessant, in



diesen Zeitschriften zu lesen - die gesamte Frauenbewegung der 70er Jahre „blättern“ sich auf...

Bei Interesse können die Zeitungen gern bei mir im Gleichstellungsbüro, Rathaus Rotenburg, eingesehen werden.

Tipp von Brigitte Borchers

Gewalt gegen Frauen hat viele Gesichter



Eine Dokumentation von: Frauenhausinitiative Rotenburg e.V., Arbeitskreis gegen sexuellen Missbrauch Wildwasser Rotenburg e.V., Frauenberatungsstelle der Frauengruppe Zeven e.V. von 1992.

Herausgegeben von der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Rotenburg (Wümme), Brigitte Borchers.

Die drei Initiativen, die sich damals maßgeblich für von Gewalt betroffene Frauen und Mädchen einsetzten, schilderten darin ihre Geschichte und ihre Arbeit – und die Widerstände gegen ihre Arbeit. Eine historische Broschüre über Frauenpolitik und Fraueninitiativen in Rotenburg. Sie ist noch zu bekommen im Gleichstellungsbüro und sie ist nach wie vor lesenswert.

Tipp von Brigitte Borchers

BESUCHENSWERT

Das Trienenwiesen-Projekt



Der Ursprung des Trienenwiesen-Projekts liegt beim Ehepaar Looks aus Eversen. Um die Kulturentwick-

lung in Ahausen strukturell zu unterstützen, kauften sie Metall-Displays an, in die unter anderem die Plakate zur Ankündigung des Ahauser Herbstes passen. Im Gegenzug dafür wünschte sich das Paar eine Skulptur für die malerisch gelegene Trienenwiese, zu deren Nutzung sie schon eine Aussichtsbank gestiftet hatten. Diese Skulptur sollte nun vom Ahauser-Herbst-Team entwickelt werden. Sechs kreative, eigenständige Persönlichkeiten thematisch unter einen künstlerischen Hut zu bringen, hat Zeit, heiße Diskussionen über Kunst im Allgemeinen und Speziellen, Spaß und zwei Anläufe gekostet. Es sollten Pilger entstehen, Menschen auf dem Weg. Die Grundgestaltung des Holzes und insbesondere der Köpfe übernahm ich in Absprache mit den Kolleginnen. Die weitere Ausarbeitung der jeweiligen Charaktere lag bei den Künstlerinnen aus dem Team. Wie unterschiedlich die heutige Auffassung von Pilgern sein kann, lässt sich seit einigen Wochen auf der Trienenwiese bestaunen. Wer von Ahausen kommend den Waffenseener Weg in Richtung Waffensen nimmt, sollte einmal den letzten Waldweg vor der Wümme nach rechts einschlagen. Nach ein paar hundert Metern liegt links die Trienenwiese. Aber beeilen Sie sich - die Pilger wandern...! Gemeinschaftsprojekt von: Gerit Janßen, Sa-

bine Stahlschuss-Gehling, Julia Hahn, Sabine Schäfer, Jutta Michels, Ragna Reusch-Klinkenberg

Ragna Reusch-Klinkenberg

(An dieser Stelle, können wir uns auch gleich ganz zerknirscht entschuldigen: In der letzten HELENE hatten wir Ragnas Namen falsch geschrieben ("Reusch-Klingenberg..."). Mit "k" ist richtig!)

Denk(t)räume Frauenbibliothek in Hamburg, Grindelallee 43



Ein Traumort – circa 16000 Bücher von Frauen: Klassiker, Unterhaltungsliteratur, Krimis aber auch Schriften mit feministischen/politischen Themen warten auf Leserinnen. Außerdem organisieren die Mitarbeiterinnen zum Teil ehrenamtlich Veranstaltungen rund um Bücher, Autorinnenlesungen und Bücher-Cafés bei denen sie ihre Neuerwerbungen liebevoll und persönlich vorstellen.

Tipp von Frauke Steinmüller

Früher das Frauencafé "endlich"

Dragonerstell 11, 20355 Hamburg 43
jetzt nur noch für Veranstaltungen geöffnet, vielleicht findet eine ja was im Programm des "Salon endlich"
<http://www.endlich-salon.de/index.html>

4. Juni bis 25. September

Regina Hennen Nichts Neues – Malerei, Zeichnung Siebdruck 1987 - 2014

Ausstellung in der ZGF, Bremische Zentralstelle für die Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau, Knochenhauerstraße 20-25
Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 9 bis 16.30 Uhr, Freitag von 9 bis 13 Uhr.



Regina Hennen zeigt einen Überblick ihres gesamten Schaffens, u.a. ihre zartfarbigen Bilder unter dem Titel "Discovered Pictures" – Porträts, die durch mehrere Übermalungen eine Vielschichtigkeit

erhalten. Die Auseinandersetzung mit dem menschlichen Gesicht und menschlichen Gesten ist wiederkehrendes Thema ihrer Arbeit. In der Ausstellung werden Bilder aus ihren verschiedenen Schaffensperioden und unterschiedlichen Techniken wie Malerei, Siebdruck und Zeichnungen gezeigt. Die Reihe "Kunst in der Knochenhauerstraße" wird von der ZGF in Kooperation mit dem Bremer Frauenmuseum e.V. seit 2007 veranstaltet.

23. Mai bis 13. Oktober

Unendlich in beide Richtungen Gemälde und Zeichnungen von Janine Klank



Die Künstlerin zeigt gegenstandslose serielle Arbeiten aus verschiedenen Schaffensphasen sowie aktuelle Zeichnungen aus der Reihe "Neons".

Ein wesentlicher Bestandteil ihrer künstlerischen Arbeit ist die Bleistift-Linie, die alles sein kann. Der Bleistift ist das grundlegende Handwerkszeug der Künstlerin, schafft bewegte Räume und Liniengebilde auf dem Bildträger und steht in reizvollem Kontrast zur Farbigkeit der Grundierung.

Die Farbe Pink spielt in der neuen Werkreihe "Neons" eine große Rolle, in Kombination mit anderen Neonfarben und -stiften. Wie Neonlichter in der Stadt leuchten sie zunächst grell, um dann aufgrund ihrer begrenzten Farbechtheit zu "verblassen wie eine Erinnerung" so Janine Klank. Janine



Klank lebt in der Nähe von Bremen. Studium der Freien Kunst an der HfK Bremen und ehemals

Meisterschülerin von Paco Knöllner.

Öffnungszeiten: Mo, Di 14-16 Uhr, Mi, Do 17-19 Uhr

Belladonna, Kultur, Bildung und Wirtschaft für Frauen e. V., Sonnenstraße 8, Bremen, T: 0421 70 35 34, www.belladonna-bremen.de

20. Juli bis 5. Oktober
Marianne Werefkin:
Vom Blauen Reiter zum
Großen Bären

Paula Modersohn-Becker Museum, Böttcherstraße 6, Bremen

Die Ausstellung bietet einen Überblick über die künstlerische Entwicklung einer herausragenden Malerin der klassischen Moderne. In dieser seit 15 Jahren ersten Retrospektive



Marianne Werefkin: Mit dem Rücken zum Leben, um 1927, Fondazione Marianne Werefkin, Museo Comunale d'Arte Moderna, Ascona

in Deutschland wird Marianne Werefkin (1860–1938) als eine Hauptakteurin der Avantgarde präsentiert.

Die Ausstellung präsentiert Werefkin gemeinsam mit Künstlerinnen aus ihrem Umkreis. Sie und ihre »Schwestern im Geiste« fordern den Genieanspruch der Männer heraus und überschreiten geografische, gesellschaftliche und künstlerische Grenzen.

Weitere ausgestellte KünstlerInnen: Erma Bossi, Elisabeth Epstein, Natalia Gontcharova, Else Lasker-Schüler, Elena Luksch-Makowsky, Maria Marc, Gabriele Münter u.a.

Die Ausstellung präsentiert Werefkin gemeinsam mit Künstlerinnen aus ihrem Umkreis. Sie und ihre »Schwestern im Geiste« fordern den Genieanspruch der Männer heraus und überschreiten geografische, gesellschaftliche und künstlerische Grenzen.

6. bis 31. Oktober,
Zauberland der Phantasie
und Poesie

Landschaften, Illustrationen und Kinderbücher

Ausstellung von Maren Fischer-Paulitsch

Zur Ausstellungseröffnung am 06. Oktober um 18.30 Uhr sind alle Interessierten herzlich eingeladen.

Rotenburg, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme)

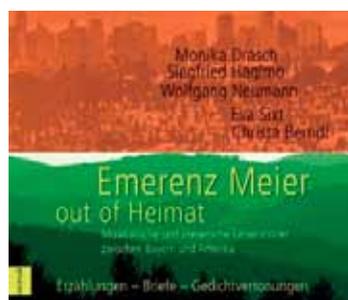
Übrigens:

Im Kunstverein Rotenburg gibt es im Jahr 2014 viele ausstellende Frauen - und nur einen einzigen Mann...



HÖRENSWERT

Emerenz Meier - Out of Heimat -



Musikalische und literarische Lebensbilder zwischen Bayern und Amerika

Erzählungen - Briefe - Gedichtvertonungen von und mit Monika Drasch

Emerenz Meier (1874-1928) war eine bayrische Schriftstellerin, die Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts aus wirtschaftlichen Gründen mit ihrer Mutter nach Chicago auswanderte und auch dort teilweise in Armut lebte und ihre Schriftstellerei an den Nagel hängen musste. Die bayrische Musikerin Monika Drasch (ehemals Musikerin beim Bairisch Diatonischen Jodelwahnsinn und bei Hubert von Goisern) hat ein tolles Projekt zu Emerenz Meier gemacht - eine meiner Lieblings-CDs!

Tipp von Brigitte Borchers

Jetzt Finanz-Check machen!

Das Sparkassen-Finanzkonzept: Beratung auf Augenhöhe statt 08/15.

Fair. Menschlich. Nah.

Sparkasse Rotenburg-Bremervörde

Geben Sie sich nicht mit 08/15-Beratung zufrieden – machen Sie jetzt Ihren individuellen Finanz-Check bei der Sparkasse. Wann und wo immer Sie wollen, analysieren wir gemeinsam mit Ihnen Ihre finanzielle Situation und entwickeln eine maßgeschneiderte Rundum-Strategie für Ihre Zukunft. Mehr dazu in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

SEHENSWERT

Passionate Politics - the life and work of Charlotte Bunch

Produktion und Regie: Tami Gold, 2011



Der Dokumentarfilm erzählt das Leben der amerikanischen Frauenrechtlerin Charlotte Bunch (geb. 1944) aus der Sicht von Frauen, die mit ihr gelebt und gearbeitet haben. Gleichzeitig zeigt er uns so die vielfältigen Probleme von Frauen in Asien, Afrika, Südamerika und der Karibik. Komplettiert wird ihr Bild durch private Aufnahmen und persönliche Briefe. Charlotte Bunch entwickelte sich von einer jungen Kämpferin für die Zivildrechte zu einer lesbischen feministischen Aktivistin und schließlich einer international anerkannten Kämpferin für Frauenrechte in Wissenschaft und Politik. (Zu kaufen bei: www.newsday.com.)

Tipp von Frauke Steinmüller

Little Miss Sunshine

Regie: Jonathan Dayton und Valerie Faris, 2006



Die kleine Olive ist völlig aus dem Häuschen: sie hat sich überraschend für die Teilnahme an dem „Little-Miss-Sunshine“-Wettbewerb qualifiziert. Ihr großer (typisch amerikanischer) Traum ist es, Siegerin in einem „Miss-Wettbewerb“ zu werden. Dafür hat sie extra mit ihrem Opa eine Choreographie einstudiert, die sie am Wettbewerb aufführen möchte. Was Olive nicht ahnen kann: Opas Erfahrun-

gen zu Tanzdarbietungen stammen aus seinen Peepshow-Besuchen. Trotz einiger familiärer Schwierigkeiten (ein drogensüchtiger Opa, ein depressiver und selbstmordgefährdeter Onkel, ein arbeitsloser Vater, der auf seinen großen Durchbruch als Autor hofft) beschließt die Familie, gemeinsam zum Wettbewerb nach Californien zu fahren. Schon auf der Fahrt geschieht einiges, das manchem Familienmitglied die Augen öffnet. Und am Ziel angekommen wird es noch schlimmer: Olive als kleines, eher unscheinbares und pummeliges Mädchen ist im Grunde das einzige richtige Kind bei dem Kinderwettbewerb, die übrigen Teilnehmerinnen sind überschminkte, barbiepuppenartige, austauschbare, auf Perfektion getrimmte Minimodels. Der vermeintliche Höhepunkt der Reise, der „Miss-Wettbewerb“, gerät unter anderem wegen Olives ungewollt lasziver Darbietung zur absoluten Katastrophe.

Warum man der kleinen Olive nur gratulieren kann, weil sie mitsamt ihrer Familie auf Lebenszeit für die Teilnahme an weiteren „Little-Miss-Sunshine“-Wettbewerben gesperrt sein wird? Das erfährt, wer sich „Little-Miss-Sunshine“ ansieht. Es handelt sich um ein unterhaltsames Roadmovie, das die überzogenen Weiblichkeitsvorstellungen einer auf oberflächlichen Perfektionismus abgestellten Gesellschaft hinterfragt.

Tipp von Alexandra Dreßler

The Crying Game

Regie: Neil Jordan, 1992

Der britische Soldat Jody, der von der IRA entführt wurde, freundet sich mit seinem Bewacher Fergus an. Da die britische Regierung die Forderungen der IRA nicht erfüllt, erhält Fergus den Auftrag, die Geisel zu exekutieren. Als er zögert, den Befehl auszuführen, flieht Jody; stirbt allerdings bei seiner Flucht



in einem Unfall. Fergus versteckt sich daraufhin in London und sucht dort Jody's Freundin auf, um ihr eine letzte Botschaft ihres Geliebten zu überbringen. Allerdings verliebt sich Fergus auf den ersten Blick in Dil und verschweigt seine

Verbindung mit Jody und die Botschaft. Die beiden beginnen eine Affäre und Fergus entdeckt erst, als er mit ihr ins Bett gehen will, dass sie einen männlichen Körper hat - ein Faktum, von dem sie dachte, es sei ihm bekannt. Schockiert hält sich Fergus von Dil fern, fühlt sich aber nach wie vor zu ihr hingezogen. Eine komplizierte und bewegende Liebesgeschichte nimmt ihren Anfang.

Tipp von Alexandra Dreßler

Träume nicht Sibylle

Der Werdegang einer Frauenzeitschrift



Ein Dokumentarfilm von Julie Schrader

Im Frühjahr gab es in den Hamburger Deichtorhallen eine Werkschau der Fotografen Ute Mahler und Werner Mahler. Die ist nun leider vorbei. Aber es gibt auf DVD die-

sen wunderbaren Dokumentarfilm über die legendäre DDR-Frauenzeitschrift "Sibylle" - Ute Mahler war u.a. Modefotografin dieser vergleichsweise anspruchsvollen Zeitschrift. Absolut sehenswert!

Tipp von Beate Postler

Angelika van Alphen
Zahnärztin

„Prophylaxe steht in unsere Praxis an erster Stelle, denn ein sauberer Zahn wird selten krank.“

Zu uns kommen Sie ohne unzumutbare Wartezeiten

Angelika van Alphen Zahnärztin
Große Straße 34 · 27356 Rotenburg
Telefon 04261-22 07
info@van-alphen-zahnaerztin.de



11. - 22. August, Ingenieurinnen-Sommeruni 2014.

6. Internationales Sommerstudium für Frauen in den Ingenieurwissenschaften

Die Universität Bremen bietet mit der Ingenieurinnen-Sommeruni kompakte Lehre aus den Bereichen Elektrotechnik/ Informationstechnik sowie aus Produktionstechnik/ Maschinenbau & Verfahrenstechnik. Das Lehrangebot richtet sich an Studentinnen aller Hochschularten und an interessierte Fachfrauen.

Studieneinstieg, Verbleib im Studium, Berufsübergang und lebenslanges Lernen auf universitärem Niveau stehen dabei gleichermaßen im Blickfeld.

Dozentinnen und Teilnehmerinnen kommen aus dem In- und Ausland. Das Sommerstudium in der **Universität Bremen** ist ein Ort des Experimentierens, um neue Konzepte für die Hochschullehre zu entwickeln. www.ingenieurinnen-sommeruni.de.

Sonnabend und Sonntag, 16. und 17. August, Gedenkbrettausstellung

in Holtum Geest, Kunst Kultur Kirchlinteln, Wochenende in der Gemeinde Kirchlinteln. In dem seit 2010 begonnenen Projekt sind viele Gedenkbretter entstanden. Eine große Anzahl davon wird an diesem Wochenende auf dem Vorplatz ausgestellt. „Gedenkbrett, die Erinnerung trägt“, unter diesem Titel haben Menschen den Abschied von geliebten Menschen gestaltet und ihre Gefühle und Gedanken dargestellt, denn Trauer braucht Gemeinschaft. Ort: Vorplatz von Abschied Bestattungen, Eversener Str. 9, **Kirchlinteln**, Holtum-Geest, Zeit: jeweils 11.00 – 18.00 Uhr.

Samstag und Sonntag, 16. und 17. August, 11.00 – 18.00 Uhr

Kunst Kultur Kirchlinteln

Wochenende, in der Gemeinde Kirchlinteln: AUTO-GENESIS, Fotoausstellung von Helga Esselmann, Oyten. Erstaunliche Bilder der St. Petri Kirche in Oyten und der St. Petri Kirche in Kirchlinteln, entstanden durch Spiegelungen im Lack und/oder der Scheibe des/ ihres Autos. TREIB-GUT, Skulpturen von Christiane Keller, Bremen. Für ihre Skulpturen verwendet die Künstlerin Treibgut aus der Weser, recyceltes Metall und Hafensteine. Ort: **St. Petri-Kirche Kirchlinteln**, Zeit: jeweils, Öffnungszeiten des Kunst-Kultur-Wochenendes, www.kunst-kultur-kirchlinteln.de.

18. bis 29. August, Informatica Feminale 2014

17. Internationales Sommerstudium für Infor-

matikerinnen vom 18. - 29.8.2014 in der Universität Bremen.

Die Informatica Feminale bietet jährlich kompakte Lehre zur Informatik für Studentinnen aller Hochschularten und für an Weiterbildung interessierte Frauen. Studieneinstieg, Verbleib im Studium, Berufsübergang und lebenslanges Lernen auf universitärem Niveau stehen dabei gleichermaßen im Blickfeld. Dozentinnen und Teilnehmerinnen kommen aus dem In- und Ausland. Das Sommerstudium in der **Universität Bremen** ist ein Ort des Experimentierens, um neue Konzepte für das Informatikstudium zu erarbeiten. www.informatica-feminale.de.

Freitag, 29. August 19.30 Uhr und Sonnabend 30. August, 18.30

Die Nudel-Oper,

Sommerstimmung, mediterran inspirierte Speisen und die passenden italienischen Arien und Lieder, Tatjana Bach (Sopran) und Ulrich Sprenger (Klavier), Café Kränzchen, Mühlenstraße 8, **27367 Ahausen**, Karten über: 04269/5416

Eröffnung im September:

Ein "Perlengarten" für Ahausen

Alles begann mit einem Frauenfrühstück, bei dem das Perlenband von Bischof Lönnebo vorgestellt wurde. Das Band soll dazu anregen, miteinander über den eigenen Glauben ins Gespräch zu kommen. In Ahausen waren die Perlen inzwischen schon oft Gegenstand schöner Gottesdienste, intensiver Gespräche und kirchlicher Veranstaltungen. Hieraus entstand die Idee, den hinter dem Gemeindehaus gelegenen, neu zu gestaltenden Garten als einen Perlengarten anzulegen. Es soll ein Meditationsgarten mit einem Rundweg werden, in dem schön angelegte Beete zu den einzelnen Perlen des Glaubens zum Verweilen einladen und Ruhe schenken.

Dienstag, 2. September, 19.30 Uhr,

reguläres Treffen des Rotenburger Unternehmerinnen Netzwerks (RUN) mit nettem Zusammensein und Zeit für den Austausch untereinander! Auch für Nichtmitglieder – Interessentinnen sind herzlich willkommen! Kostenbeitrag: keiner, Ort: CAFESITObar, Große Str.2, **27356 Rotenburg** (Tagungsraum Seiteneingang)

Freitag bis Sonntag, 5./6./7. September:

La Strada ist wieder in der Stadt!

Ort: **Innenstadt Rotenburg.**



Freitag/Sonnabend, 5. September, (16 – 19:30 Uhr) und 6. September (9.00 – 16.00 Uhr),

1. Hilfe am Kind.

Hier gibt es wichtige Informationen, für den Fall, dass einmal Erste Hilfe bei einem Kind geleistet werden muss. Familienforum SIMBAV e.V., Große Straße 21, **Rotenburg**, Kosten: Mitglieder 25,- €, Nichtmitglieder 30,- €, Kursleitung: Ilona Vogel (DRK), Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Sonnabend, 12. September, 11.00 Uhr, zum Tag der offenen Tür am 12. September

2014 in der VHS: Rotenburg – Vom Flecken zur Stadt II, Alte und neue Bilder mit Kommentaren, Präsentation der DVD von Peter Hoffmann, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus.

Freitag, 12. September, 20 Uhr,

Twelve Strings: Friedrich und Wiesenhütter,

Haake-Meyer, Große Straße 6, **Rotenburg**. Die beiden Gitarristen bieten ein kurzweiliges Programm mit intelligenten Texten und virtuoser Musik.

Montag, 15. September, 19 Uhr,

„Starke Eltern – starke Kinder“,

Beginn eines Elternkurses für Eltern mit vor- und pubertierenden Kindern, SIMBAV e.V., **Rotenburg**, Leiterin: Christel Gerken, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Dienstag, 16. September, 19 – 20.45 Uhr,

Die Achtsamkeitsmeditation - „Das Leben tiefer verstehen“.

Ein Abend zum Kennenlernen im Rahmen der einer Meditationsgruppe für Menschen die ein bewusstes und erfüllendes Leben führen wollen, in **Rotenburg**, roth.isa@gmx.de, 04262/959880

Dienstag, 16. September, 19 Uhr,

„Starke Eltern – starke Kinder“,

Beginn eines Elternkurses für Eltern mit kleineren Kindern, SIMBAV e.V., **Rotenburg**, Leiterin: Christel Gerken, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

15. September und 24. September, 8. Oktober und 13. Oktober, 12. November und 17. November, 1. Dezember und 10. Dezember, 19.30 - 21.45 Uhr,

Tonwerkstatt

Wir wollen kreativ mit dem Material Ton arbeiten und kleine Kunstwerke für zuhause herstellen.

Familienforum SIMBAV e.V., Große Straße 21, **Rotenburg**, Kosten: Mitglieder 15,- €, Nichtmit-

glieder 20,- € für 2 Treffen inkl. Material, Kursleitung: Gesine Griephan, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Montag, 15. September, 19.30 Uhr,
Das Deckenfresko der Sixtinischen Kapelle in Rom – Michelangelos Meisterwerk,
Vortrag von Frauke Reinke-Wöhl, Kunsthistorikerin, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 16. September, 20 - 22 Uhr
Unterhalt? Wovon leben Frauen und Kinder während der Trennung und nach der Scheidung?

Mit der Trennung und nach der Scheidung verändert sich die finanzielle Lebenssituation von Frauen häufig grundlegend. Einige Frauen sind finanziell unabhängig. Viele erhalten (vorübergehend / unregelmäßig) Unterhalt. Andere sind auf ALG II / Sozialhilfe angewiesen.

An diesem Abend erhalten Sie die wichtigsten Informationen über das in der Praxis so wichtige und leider auch komplizierte Unterhaltsrecht für Frauen und Kinder. Die Referentin gibt einen gut verständlichen Überblick über die neuen gesetzlichen Unterhaltsregelungen für die Zeit der Trennung und nach der Scheidung, einschließlich deren steuerlichen Auswirkungen. Ergänzend hierzu werden die Voraussetzungen der Beratungs- und Prozesskostenhilfe dargestellt und erläutert.

Bitte beachten: Dieser Vortrag kann nicht die individuelle anwaltliche Beratung ersetzen, sondern nur allgemein über die Rechte und Pflichten anlässlich einer Trennung/Scheidung informieren.

Einzelberatungen sind in dieser Veranstaltung nicht möglich!

In Kooperation mit der KVHS, Referentin Sabine Osmers, Rechtsanwältin und Mediatorin, Infos und Anmeldung Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin, Tel. 04231-85120, Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31

Die Veranstaltung richtet sich nur an Frauen!

Dienstag, 16. September, Dienstag, 7. Oktober, Dienstag, 18. November, Dienstag, 2. Dezember,
Rechtsberatung für Frauen

Für rechtliche Fragen zu Partnerschaftsverträgen, Gewaltschutzgesetz, Trennung, Unterhalt, Sorge- und Umgangsrecht steht in der Frauenberatungsstelle die Rechtsanwältin Sabine Osmers zur Verfügung. Grundsätzliche Fragen können dabei geklärt werden. Eine Beratung umfasst maximal 30 Minuten.

Nur nach telefonischer Anmeldung und nur für Frauen, die dieses Angebot erstmalig nutzen!
Beratung: Sabine Osmers, Rechtsanwältin und Mediatorin, Anmeldung Tel. 04231-85120, Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31 (Ein-

gang von der Straße aus!), Kosten € 15,-.

17. September, 22. Oktober und 26. November, 19.30 - 21 Uhr,
Nassfilzen für AnfängerInnen
Familienforum SIMBAV e.V., Große Straße 21, **Rotenburg**, Mitglieder 6 €, Nichtmitglieder 8 €, inkl. Material, Kursleitung: Gesine Griephan, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Donnerstag, 18. September, 20 - 21:30 Uhr,
Elterngeld, Elternzeit,
Themen rund um die Geburt

Für Schwangere und werdende Eltern
In der Schwangerschaft, rund um die Geburt und in der Zeit danach ergeben sich viele Fragen. Der Informationsabend richtet sich an Schwangere und werdende Väter, die wissen möchten, welche finanziellen und sozialen Leistungen es vor und nach der Geburt gibt.

An diesem Abend erhalten Sie allgemeine Informationen zu den genannten Themen. Für eine individuelle Beratung oder auch zur Begleitung bei Krisen in der Schwangerschaft bieten wir Einzeltermine in der Beratungsstelle an. Information und Leitung, Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialpädagogin, Tel. 04231-85129, Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31, Kosten € 5,- Um Anmeldung wird gebeten.

Donnerstag, 18. September, 19.30 - 21.00 Uhr,
Jetzt setze ich mich dran! Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.

Wer kümmert sich um meine Angelegenheiten, wenn ich selbst dazu nicht mehr in der Lage bin? Wie bekomme ich ein Besuchsrecht im Krankenhaus und das medizinische Mitspracherecht, um die Interessen meiner/s Liebsten, meines Ehe- oder Lebenspartners oder meiner Angehörigen vertreten zu dürfen. Wie bekomme ich z.B. tiergestützte Therapie oder andere Therapiemethoden? Nach kurzen Informationen und gemeinsamem Gespräch steht das Tun im Mittelpunkt: Formulare werden diskutiert und können ausgefüllt werden. Ort: Alter Bahnhof **Scheeßel**, Am Bahnhof 6, Scheeßel, Anmeldung: Unternehmerkontor Scheeßel, Tel. 04263 3028418.

Freitag, 19. September, 8 Tg. von 09:00 - 19:00 Uhr,
Start zum/r Fachtrainer/in, BDVT geprüft, für Menschen, die Produktschulungen halten (wollen). Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 - 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Freitag, 19. September, 24 Tg. von 09:00 - 19:00 Uhr,

Start zum/r Business Trainer/in, BDVT geprüft, für Menschen, die in ihrem Fach gut sind und dieses Wissen nun an andere weitergeben wollen. Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 - 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Freitag, 19. September, 18 Tg. von 09.30 - 18.00 Uhr,
Start zum Coach DVNLP, für Menschen, die aufbauend auf dem NLP-Practitioner Coach, werden wollen. Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 - 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Freitag, 19. September, 18 Tg. von 09:30 - 18:00 Uhr,
Start zum BDVT geprüften Business-Coach, Teil 2, für Menschen, die Teil 1 abgeschlossen haben und nun BDVT geprüfter Business Coach sein wollen. Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 - 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Freitag, 19. September, 20 Uhr,
Sibylle Kynast,
Haake-Meyer, Große Straße 6, **Rotenburg**.
Das „Sibylle Kynast Afro-Folk-Ensemble“ interpretiert Lieder aus Israel, Spanien, Griechenland, Lateinamerika, Russland und Osteuropa.

Sonnabend, 20. September, 9 - 16 Uhr,
Ressourcen aktivieren - Ziele erreichen
Das eigene Selbstmanagement stärken

Ich fühle mich unzufrieden - ich steh mir selbst im Weg - ich schaffe das nicht... Kommt Ihnen das bekannt vor? Gelingt es Ihnen Ihre Ziele zu verfolgen oder weichen Sie immer wieder von Ihrem Weg ab?

Ist unser Blick auf die eigenen Ressourcen und Potentiale verstellt, fällt uns das zielgerichtete Handeln schwer.

Dieser Kurs bietet Ihnen Raum sich mit Ihren Zielen, Wünschen und Potentialen auseinander zu setzen. Ziel des Seminars ist, dass Sie Ihre eigenen Ressourcen (wieder-) entdecken und diese einzusetzen lernen. Sie bekommen Handwerkszeug für das zielgerichtete Umsetzen Ihrer Wünsche und zum Aktivieren Ihres Selbstmanagements. Kursleitung: Claudia Henschel Coach/ Dipl. Sozialpädagogin, Mehrgenerationenhaus Waffensen, Immentun 1, Kosten: 50 Euro, Anmeldung: Claudia Henschel, Tel: 04261-6305303 oder info@beratung-henschel.de.

22. September / 29. September / 6.Oktober / 20. Oktober, 19 - 21 Uhr
Anti-Stress- und Entspannungstraining für

Frauen

In Familienzusammenhängen und im Beruf sind Frauen sehr eingespannt. Unterschiedlichste Anforderungen bestimmen den Tagesablauf. Das Tagesgeschehen ist durchorganisiert und geschieht unter Zeitdruck und Stress. Frauen fehlt die Zeit zur eigenen Erholung und Regeneration. Entspannen - Ruhe finden - Auszeit vom Alltag. Was stresst mich? Wie kann ich besser für mich sorgen und achtsamer mit mir umgehen?

Der Kurs vermittelt Strategien, um mit Stressoren besser umzugehen. Neben Atem- und Körperwahrnehmungsübungen gibt es Tanz, Bewegung und Austausch. Simbav e.V. **Rotenburg**, Kosten: Mitglieder 15 €, Nichtmitglieder 20 €, Kursleitung: Petra von Spreckelsen, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Montag, 22. September, 19.30 Uhr,

Danzig – meine Heimat,

Vortrag von Anna Tabor, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 23. September 2014, 20–21.30 Uhr, Vortrag mit Gespräch: Gemeinsames Sorge-recht - aber ständig gibt's Streit.

Welche Möglichkeiten haben Eltern, wenn die gemeinsame Sorge nach der Trennung schwierig wird? Welche Hilfen gibt es? Was ist möglich?

Darüber nachzudenken, neue Perspektiven entwickeln, Infos über Hilfsmöglichkeiten zu erhalten, das steht an diesem Abend im Mittelpunkt. In Kooperation mit der KVHS Verden. Referentin Cornelia Wolf-Becker, Verfahrensbeiständige, Pädagogin, Leitung Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin, Ort Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31, Tel. 04231-85120, Anmeldung bis 18.09.14 unter frauenberatung-verden@t-online.de. Die Veranstaltung ist nur für Frauen!

Mittwoch, 24. September, 19 Uhr,

LeMiMo,

Vortrag des Präventionsteams der Polizeiinspektion Rotenburg, Munke und Struckmeier, Bahnhofstraße 12, **Zeven**, Anmeldung und Information: LeMiMo@munkeundstruckmeier.de.

Mittwoch, 24. September, 14.30-17.30 Uhr, „Achtsamkeit statt Stress“ – Ein Beitrag zur Gesundheitsprophylaxe im Beruf.

Fortbildung für PädagogInnen am Rotenburger Evangelischen Institut für Fortbildung mit Isa Roth, Info: roth.isa@gmx.de, Anmeldung: fachschule@diako-online.de

Freitag, 26. September, 20 Uhr,

Fred Heyden,

Haake-Meyer, Große Straße 6, **Rotenburg**.

Willkommen in der Welt des Australian & Irish Folk, der Pedal Steel & Slide Guitar, der Bluegrass Instrumentenwelt und der Two-Finger-Picking Technik.

Montag, 29. September, 19.30 Uhr,

Einführung in die Kunstgeschichte – Der Expressionismus,

Vortrag von Prof. Dr. Alarich Roach, Kunsthistoriker, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 30. September, 19 Uhr,

2. Visitenkartenparty 2014,

Munke und Struckmeier, Bahnhofstraße 12, **Zeven**, Anmeldung und Information: LeMiMo@munkeundstruckmeier.de.

Donnerstag, 2. Oktober,

18 Tg. von 09.30 – 18.00 Uhr,

Start zum NLP-Practitioner, DVNLP, für Menschen, die mehr Erfolg haben möchten.

Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 – 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Donnerstag, 2. Oktober,

18 Tg. von 09.30 – 1.00 Uhr,

Start zum BDVT geprüften Business-Coach, Teil 1, für Menschen, die Andere zum Erfolg begleiten möchten.

Anja Mýrdal & Team OHG, Training I Consulting I Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 – 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Dienstag, 7. Oktober, 19.30 Uhr,

Vortragsabend: „Neue Medien: App, Cloud & SaaS - was bringt mir das?“

Welchen Nutzen bieten Smartphone, iPad, Laptop, Cloud & Co.? Und was bedeutet eigentlich SaaS?

Anika Schön von der Agentur marke:ICH stellt Dienste und Möglichkeiten vor, den Arbeitsalltag der modernen Unternehmerin mit Hilfe des Internets flexibler, komfortabler und einfacher zu gestalten.

Treffen des Rotenburger Unternehmerinnen Netzwerks (RUN), auch für Nichtmitglieder – Interessentinnen sind herzlich willkommen! Kostenbeitrag: 5,00 €, für Vereinsmitglieder kostenfrei, Ort: CAFESITObar, Große Str.2, **27356 Rotenburg** (Tagungsraum Seiteneingang)

Mittwoch, 8. Oktober, 19 Uhr,

„Sisterhood – eine Sehnsucht“

Claudia Koppert liest aus ihrem neuen Roman. (siehe auch Seite 16 in dieser HELENE). Ort: Cohn-Scheune, Bergstraße, **Rotenburg**, VeranstalterInnen: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Rotenburg (Wümme), Buchhandlung Müller, Cohn-Scheune e.V

Freitag, 10. Oktober, 20 Uhr,

Elke Oppermann,

Haake-Meyer, Große Straße 6, **Rotenburg**. Sie ist wieder da: Die äußerst beliebte Sängerin mit der tiefgründigen Soul-Stimme.

Mittwoch, 15. Oktober, 18.30 Uhr,

Einbruch - Umbruch – Aufbruch / Frauen unterwegs,

Ausschnitte aus Frauenporträts von Radio Bremen der Filmemacherin und Autorin Heide Nullmeyer. Gezeigt werden 7 Filmausschnitte, die zwischen 1978 und 2003 entstanden sind. In bewegenden Szenen erzählen Frauen mit sehr unterschiedlichen Biografien ihre Beweggründe für Veränderungen in ihrem Leben, wie sie Krisen bewältigt haben, wodurch ihr Selbstbewusstsein gestärkt wurde, wie sie über das Älterwerden denken. Neben unbekanntenen Frauen kommen Annelie Keil, Erika Pluhar sowie Christine Westermann zu Wort. Heide Nullmeyer steht im Anschluss für ein Gespräch zur Verfügung und erzählt aus ihren Erfahrungen als Fernseh-Journalistin. Rathaus **Ottersberg**, Grüne Straße 24, eine Veranstaltung der Gleichstellungsbeauftragten Meta Tukur.

Mittwoch, 15. Oktober, 18 - 21 Uhr ,

Fortbildung Sag NEIN und fühl Dich gut

Diese Fortbildung richtet sich an alle berufstätigen Frauen, die Schwierigkeiten in der Abgrenzung zu anderen haben. Grenzen setzen in Familie und Beruf, sich selbst eingestehen, das will ich NICHT.

An diesem Nachmittag werden hilfreiche, praktische Tipps vermittelt, die sich auch auf der Stelle anwenden lassen. Gestärkt in den beruflichen wie privaten Alltag zu gehen, ist das Ziel der Fortbildung für Frauen.

Leitung und Information Saskia Kamp, Dipl.-Pädagogin, Tel. 04231-85120, Ort Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31, Kosten € 20,- (für Infomaterial und Imbiss), Anmeldung bis zum 08.10.14 unter frauenberatung-verden@t-online.de.

Donnerstag, 16. Oktober, 18 - 21 Uhr,

Film und Workshop "Zwischen Welten",

Der Film „Zwischen Welten“ zeigt Geschichten von Frauen verschiedener Herkunft in Cuxhaven. Migration, Flucht, Abschiebung, Glaube und Akzeptanz werden aus persönlichen Perspektiven beschrieben. Ein Jahr lang arbeiteten Laien und Professionelle zusammen an diesem poetischen Dokumentarfilm.

In dem Workshop werden die aufgegriffenen Themen zusammen mit allen besprochen, die am Film beteiligt waren.

Workshop mit Farida Saaid, Ganda Zeaiter, Fatme Jaap, Prabina Pudasaini, María Santos, Thi Ran Pham, Raza Arifi, Leitung Paulina Cortés, Creaclic kreative Medienpädagogik, Ute



Feldt, Caritasverband für Bremerhaven, Information Marianne Tjarks, Dipl.-Sozialpädagogin, Tel. 04231-85120, Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31, Kostenfrei Um eine Spende wird gebeten, Anmeldung bis zum 14.10.14

unter frauenberatung-verden@t-online.de, Für einen Imbiss wird gesorgt, In Kooperation mit der Interkulturellen Frauengruppe Verden, der Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen und der Kreisvolkshochschule Verden.

Freitag, 17. Oktober, 20 Uhr,

Emanuel Jahreis,

Haake-Meyer, Große Straße 6, **Rotenburg.**

Der Mann am Piano kann mit einem Blues durchaus auch eine intensive aber schöne Geschichte verbinden und in einem Pop-Song eine herzergreifende Story erzählen.

17. Oktober, 18 Tg. von 09.30 – 18.00 Uhr
Start zum/r Mediator/in, für Menschen, die in Konflikten vermitteln wollen.

Anja Mýrdal & Team OHG, Training | Consulting | Coaching, Ahlsdorfer Weg 8, **27383 Scheeßel**, Tel. 0 42 63 – 98 48 48, info@anjamyrdal.de

Sonnabend, 18. Oktober von 10 bis 18 Uhr,
Seminar Körpersprache, Wege zur klaren Kommunikation,

Veranstaltungsort: belladonna, Sonnenstraße 8, **Bremen**, Seminar für Frauen mit Gabriele Gärtner

Unser Körper ist immer da, von ihm geht unser Leben aus. Durch Haltung, Mimik, Gestik, Stimme und sprachliche Ausdrucksweise transportieren wir ununterbrochen unsere Gedanken und Gefühle nach außen. Im Dialog oder Verhandlungsprozess ist es entscheidend, die eigenen Bedürfnisse und die des Gegenübers wahrzunehmen und entsprechend zu reagieren. Indem wir lernen, die Körpersprache ganzheitlich zu interpretieren, finden wir Zugang zu oft unbewussten Gedanken, zu der Person, die wir wirklich sind. Ziel dieses Seminars ist es, durch bewusster Wahrnehmung authentischer zu wirken - für mehr Freude und Erfolg privat und im Beruf.

Veranstalterin: belladonna, Kultur, Bildung und Wirtschaft für Frauen e.V., Tel.: 0421 70 35 34, Fax: 0421 70 35 44, www.belladonna-bremen.de.

Sonnabend, 18. Oktober, 20.00 Uhr,

Trio Abierto – Konzert

mit Ulrike Brockes, Gert Lueken, Antje Lütjens, Rotenburg, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule **Rotenburg** (Wümme).

Sonntag, 19. Oktober, 11.00 – 18.00 Uhr,
Gedenkbrett malen.

Malen/Gestalten von Gedenkbrettern für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Ein Brett zum Gedenken an einen geliebten Menschen bemalen. Den Gedanken und Gefühlen zu dem Thema Leben und Sterben Ausdruck geben. Silke Ahrens als Trauerbegleiterin wird unterstützt von der Künstlerin Heidemarie Mönkemeyer aus Ottersberg, www.heide-moenkemeyer.de. Weitere Informationen zu dem Projekt „Gedenkbrett – die Erinnerung trägt“ finden Sie auf der Seite www.gedenkbrett.de. Ort: Abschied Bestattungen, Eversener Str. 9, **Kirchlinteln**, Holtum-Geest, Zeit: Kosten: 80 Euro inkl. Material und Imbiss, 20 Euro jeder weitere Termin, Anmeldung: unter 04230 – 942133.

Montag, 20. Oktober, 19.30 Uhr,

Rituale der Sterbebegleitung und Trauerarbeit,

Vortrag von Jean-Paul Beffort, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 21. Oktober, 19.30 Uhr ,

Theater: Mach das Buch zu – heirate mich.

Anita Augspurg ein Lebensmonolog, Müllerhaus, Schmomühlener Straße 9, **Kirchlinteln**, Das Theaterstück erzählt die Lebensgeschichte der 1857 in Verden geborenen Frauenrechtlerin und Pazifistin Anita Augspurg. Das Engagement Anita Augspurgs hat maßgeblich dazu beigetragen, dass Frauen 1919 in Deutschland das Wahlrecht erhielten. Sie ist eine der bekanntesten Persönlichkeiten ihrer Zeit, die erste promovierte Juristin im deutschen Kaiserreich und die erste Frau, die Politik zu ihrem Beruf gemacht hat. In dem Theaterstück wird Anita Augspurg auf der Bühne lebendig. Es ist erstaunlich, wie aktuell ihre Themen auch heute noch sind. Schauspielerin: Birgit Scheibe; Regie: Gabriele Benner; Harfe: Assia Cunego; Autorin: Christiane Henke, 12 € Vorverkauf: Tourist-Info Kirchlinteln, Hauptstraße 11, Information und Anmeldung: Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Kirchlinteln, Marlies Meyer, Marlies.meyer@kirchlinteln.de, 04236 8743.

Donnerstag, 23. Oktober, 19.30 Uhr,

Theater: Anilid – Anita Augspurg im Exil,

Verden, Deutsches Pferdemuseum, Holzmarkt 9, Anita Augspurg blickt auf ihr Leben zurück. Die bekannte Frauenrechtlerin, Pazifistin und Juristin berichtet von ihrem Einsatz für den Frieden. Sie beschreibt, wie die Ideen der Frauenrechtlerinnen die Gesellschaft verändert haben, welche Träume wahr wurden und was sie angetrieben hat in ihrem Engagement für eine gerechtere Welt – auch in Zeiten von Unmenschlichkeit und Gewalt und trotz der Ohnmacht im Exil. Schauspielerin: Birgit Scheibe; Regie: Gabriele Benner;

Harfe: Assia Cunego; Autorin: Christiane Henke, Eintritt 12 € (inkl. eines Getränks), Vorverkauf: Verden, deutsches Pferdemuseum, Holzmarkt 9, Tel. 04231 807140; Öffnungszeiten Di. – So. 10.00 – 17.00 Uhr, Information und Anmeldung: Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Verden, Christine Borchers, Tel. 04231 15477, In Kooperation mit dem Deutschen Pferdemuseum.

23. Oktober / 27. November / 11. Dezember / 29. Januar 2015 / 26. Februar / 19. März / 30. April / 11. Juni,

„Sozialkompetenz und Selbstbehauptung“

für Mädchen in Rotenburg-Waffensen Die Wendo-Trainerin und Psychologin Juliane Kiss bietet eine Jahresgruppe 2014 /2015 an. Teilnahmebeitrag 32.- Euro pro Termin.

Seminarzeiten sind: 15 bis 18.30 für die Mädchen. Im Anschluss findet immer ein einstündiges Treffen mit Nachbereitung und Möglichkeit für Fragen mit den Eltern statt. Neueinstieg ist immer möglich und gerne gesehen. Die Teilnehmerinnen sind im Durchschnitt zwischen 6 und 11 Jahre alt. Die Seminare finden im Mehrgenerationenhaus in **Rotenburg-Waffensen** statt.

Wildrosenrot, Sozialkompetenz und Prävention für Frauen und Mädchen, Juliane Kiss, Heidkönigstrasse 11 b, 27257 Sudwalde, Tel: 04247/971060, info@wildrosenrot.de, www.wildrosenrot.de.

Freitag, 24. Oktober, 20.30 Uhr,

Latin-Rhythm Dance-Night.

Ob Salsa, Merengue, Rumba oder Cha-Cha-Cha, für alle, die mal wieder richtig Lust zum Tanzen haben, ist die Latin-Rhythm Dance-Night genau das richtige. Das ultimative Tanzevent für alle Tanzbegeisterten, Anfänger oder Profi, alt oder jung. Alle sind willkommen, die Spaß am Tanz und mitreißender Musik haben. **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 4. November, 19.30 Uhr,

Vortragsabend: „Homöopathie“

Heilpraktikerin Heike Wedtke erklärt die Wirkungsweise der Homöopathie und gibt Einblicke in die

Möglichkeiten und Behandlungsfelder. ! Treffen des Rotenburger Unternehmerinnen Netzwerks (RUN), Auch für Nichtmitglieder – Interessentinnen sind herzlich willkommen! Kostenbeitrag: 5,00 €, für Vereinsmitglieder kostenfrei, Ort: Munke und Struckmeier GbR, Bahnhofstraße 12, **27404 Zeven**

10. November / 24. November / 8. Dezember / 15. Dezember, 19 – 21 Uhr

Anti-Stress- und Entspannungstraining für Frauen

In Familienzusammenhängen und im Beruf sind

Frauen sehr eingespannt. Unterschiedlichste Anforderungen bestimmen den Tagesablauf. Das Tagesgeschehen ist durchorganisiert und geschieht unter Zeitdruck und Stress. Frauen fehlt die Zeit zur eigenen Erholung und Regeneration. Entspannen - Ruhe finden - Auszeit vom Alltag. Was stresst mich? Wie kann ich besser für mich sorgen und achtsamer mit mir umgehen?

Der Kurs vermittelt Strategien, um mit Stressoren besser umzugehen. Neben Atem- und Körperwahrnehmungsübungen gibt es Tanz, Bewegung und Austausch. Simbav e.V. **Rotenburg**, Kosten: Mitglieder 15 €, Nichtmitglieder 20 €, Kursleitung: Petra von Spreckelsen, Anmeldung unter 0170-1122464 oder info@simbav.de.

Mittwoch, 12. November, 19.30 – 21.00 Uhr,
Krise – als Chance /
Krise – ein lebensnotwendiger Prozess.

Krisen treten immer dann auf, wenn Menschen (starken) Veränderungen (zunächst) nicht gewachsen sind. Loslassen ist häufig mit einem erheblichen Aufwand verbunden. Nicht nur deshalb ist es sinnvoll und manchmal auch notwendig, sich professionell begleiten und unterstützen zu lassen.

Niemand muss eine Krise alleine bewältigen. Die Heilpraktikerin für Psychotherapie, Dagmar Krüger aus Verden, (www.praxis-am-lugenstein.de) stellt ihre Arbeit vor. Ort: Abschied Bestattungen, Eversener Str. 9, **Kirchlinteln**, Holtum-Geest, Kosten: 5 Euro, Anmeldung: Silke Ahrens, Tel. 04230 942133 und Dagmar Krüger, Tel. 04231 98 23 888 (AB) oder krueger@praxis-am-lugenstein.de.

Donnerstag, 13. November, 19.30 – 21.00 Uhr,
Den Koffer der „letzten Dinge“ packen

– damit die Bleibenden handeln können. Wie früher der Notfallkoffer im Falle eines Brandes an der Haustür stand und im Vorbeigehen ge-griffen wurde, um die Dokumente in Sicherheit zu bringen, so wird in dieser Veranstaltung ein symbolischer Koffer der „letzten Dinge“ für die Hinterbliebenen gepackt. Darin sind Ihre Gedanken und Wünsche. Sie erfahren Möglichkeiten der Fürsorge für den Verstorbenen. Sie werden informiert über Särge und über Bestattungsform – Feuer oder Erde. Ihre Wünsche zu Trauerfeier und Ritualen werden formuliert, Orte der letzten Ruhe sind zu bedenken. Fragen über formale Notwendigkeiten können geklärt werden. Und was kostet das Ganze? – Wir sprechen über Bestattungskosten. Ort: Alter Bahnhof Scheeßel, Am Bahnhof 6, Scheeßel, Kosten: 5 Euro, Anmeldung: Unternehmerkontor Scheeßel, Tel. 04263 3028418.

Freitag, 14. November, 16 – 17.30 Uhr,
Im Dialog mit dem Körper - Körperachtsam-

keit als ein Baustein in der Gesundheitsprophylaxe.

Ein Vortrag mit Übungen von Isa Roth, Kneipp-Verein in **Rotenburg**, Anmeldung: Perke Duve, Tel: 04261/8635

Donnerstag, 20. November 19 – 20.30 Uhr,
Selbsteilungsgruppe für Frauen.

Ein Abend zum Kennenlernen, in **Rotenburg**, roth.isa@gmx.de, 04262/959880

Donnerstag, 20. November, 20 – 21.30 Uhr,
Elterngeld, Elternzeit, Themen rund um die Geburt

Für Schwangere und werdende Eltern
In der Schwangerschaft, rund um die Geburt und in der Zeit danach ergeben sich viele Fragen. Der Informationsabend richtet sich an Schwangere und werdende Väter, die wissen möchten, welche finanziellen und sozialen Leistungen es vor und nach der Geburt gibt.

An diesem Abend erhalten Sie allgemeine Informationen zu den genannten Themen. Für eine individuelle Beratung oder auch zur Begleitung bei Krisen in der Schwangerschaft bieten wir Einzeltermine in der Beratungsstelle an. Information und Leitung, Inge Dotschkis-Hillejan, Dipl.-Sozialpädagogin, Tel 04231-85129, Ort: Frauenberatung **Verden**, Grüne Str. 31, Kosten € 5,- Um Anmeldung wird gebeten.

Freitag, 21. November, 20 Uhr,
Singen gegen Gewalt an Frauen,
mit Simone Theobald, Realschule **Rotenburg**.

Dienstag, 25. November,
Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen,
vor dem **Rotenburger Rathaus** werden die Fahnen von terre des femmes gehisst.

Dienstag, 25. November, 19.30 – 21.00 Uhr,
Wege des Abschieds,

Teil 1 – Trauerbegleitung für Menschen, die einen Verlust beklagen. Die Trauerbegleiterin Silke Ahrens arbeitet nach dem Ansatz von Jorgos Canacakis: Trauer braucht Ausdruck. In diesen drei aufeinander folgenden Treffen ist Frau Ahrens die Bergführerin, die durch das unwegsame Gelände der Trauer führt. Ort: Alter Bahnhof **Scheeßel**, Am Bahnhof 6, Scheeßel, Kosten: 80 Euro (für 3 Termine), Anmeldung: Unternehmerkontor Scheeßel, Tel. 04263 3028418, Teil 2 am 20. Januar 2015 und Teil 3 am 24. März 2015.

Freitag/Sonabend, 28. und 29. November,
Wendo - Selbstbehauptung für Frauen,
Kursleiterin: Juliane Kiss, Anmeldung und Information: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt **Rotenburg**, Brigitte Borchers, Tel. 04261/71-222.

Mittwoch, 3. Dezember, 16.00 Uhr,
Kindertheater: Frohe Weihnachten kleiner Eisbär.

Das Stück ist für Menschen ab 3 Jahren. Wiltener Kinder- und Jugendtheater, **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Freitag, 5. Dezember, 20.30 Uhr
Latin-Rhythm Dance-Night

Ob Salsa, Merengue, Rumba oder Cha-Cha-Cha, für alle, die mal wieder richtig Lust zum Tanzen haben, ist die Latin-Rhythm Dance-Night genau das richtige. Das ultimative Tanzevent für alle Tanzbegeisterten, Anfänger oder Profi, alt oder jung. Alle sind willkommen, die Spaß am Tanz und mitreißender Musik haben. **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).

Dienstag, 9. Dezember, 19.30 – 21.00 Uhr,
Wohltuende Klänge und zarte Düfte.

Mit den warmen Tönen der Klangschalen den Winter kommen lassen. Im eigenen Körper ankommen, die Anspannungen des Tages gehen lassen, Stille genießen. Auf Wunsch begleiten uns zarte natürliche Düfte beim Lauschen der Klänge. Die Klangmassagepraktikerin Jutta Römermann aus Holtum Geest führt uns durch den Abend. Weitere Informationen unter www.ammoore.de, Ort: Abschied Bestattungen, Eversener Str. 9, **Kirchlinteln**, Holtum-Geest, Kosten: 5 Euro, Anmeldung: Silke Ahrens, Tel. 04230 942133.

Freitag, 12. Dezember, 20.00 Uhr,
Duo HIN & WEG: „Fürchtet Euch nicht!“

– ein Weihnachtsprogramm. **Rotenburg**, Kantor-Helmke-Haus, Volkshochschule Rotenburg (Wümme).



Ihre Termine sind nicht dabei?

Schicken Sie sie uns
für die nächste Ausgabe.

helene@rotenburg-wuemme.de

Immer lohnt sich auch ein Blick
auf diese Seiten im [www](http://www.kir-row.de):

www.kir-row.de
www.cultimo-kuhstedtermoor.de
www.theater-metronom.de
www.row-people.de
www.r-u-n.biz

Die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft Landkreis Rotenburg (Wümme) kündigt folgende Seminare und Beratungen an:

Ab 18. September, 9 – 12:15 Uhr, Seminar: „eMails nutzen“

(4 Termine) Kurztext: Grundlagen- oder Aufbau-seminar, je nach Zielgruppe, Ort: Ko-Stelle, **Bremervörde**

15. Oktober, 10 bis 12 Uhr, Unterstützung durch die Arbeitsagentur,

Referentin: Ulrike Langer (Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Stade (BCA)), **Rotenburg**, Tel. 04761/80789-18

15. Oktober, 13 bis 16 Uhr, Beratungstag

mit Ulrike Langer (Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Stade (BCA)), **Rotenburg**, 04761/80789-18

19. November, 10 bis 12 Uhr, Stellenanzeigen richtig lesen,

Referentin: Ulrike Langer (Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Stade (BCA)), Ort: Ko-Stelle, **Bremervörde**

19. November, 13 bis 16 Uhr, Beratungstag

mit Ulrike Langer (Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Stade (BCA)), Ort: Ko-Stelle, **Bremervörde**

Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft Landkreis Rotenburg (Wümme), Am Bahnhof 2, **Bremervörde**, Tel. 04761/80789-18, info@frauenundwirtschaft-lkrow.de, www.frauenundwirtschaft-lkrow.de

TREFFPUNKTE

montags, 15 – 17 Uhr

Quatschcafé

SIMBAV e.V., Familienforum, Große Straße 21, **Rotenburg**
Für alle Frauen – zum Klönen und Kennenlernen...
Kinder können mitgebracht werden.

mittwochs, 12.00 Uhr, „Der gedeckte Tisch“

SIMBAV, "Düt & Dat", Kirchstraße 10
Die Jugendlichen der Jugendwerkstatt **Rotenburg/Wümme** des Herbergsvereins Leben und Wohnen e.V. decken den Tisch für Gäste ein, ab 12.00 Uhr wird dann gemeinsam gegessen. Zubereitet wird jeweils ein 2-Gänge-Menü (Vorspeise/Hauptgericht oder Hauptgericht/Dessert). Die Kosten pro Essen betragen € 2,50 - € 3,00. Speiseplan: www.simbav.de

mittwochs von 9:30 – 11 Uhr Interkulturelles Frauencafé

Ort: Jugendzentrum, Bergstraße 20, **Rotenburg**
Unser Frauencafé ist offen für jede Frau – egal wie alt sie ist und egal welche Sprache sie spricht! Veranstalterinnen: Gleichstellungsbeauftragte der Stadt und VHS (Info: Tel. 04261/71-222)

mittwochs (außer in den Ferien) 9:30 – 11 Uhr

Eltern-Kind-Gruppe

In Kooperation mit der Stadt Visselhövede bietet SIMBAV eine Eltern-Kind-Gruppe an. Es sind Eltern mit ihren Kindern von 0 - 3 Jahren eingeladen, zu lachen, quatschen, basteln und spielen.

Ort: **Visselhövede**, Haus der Bildung, Emmy-Krüger-Str.

In **Sottrum** findet das Angebot montags von 9:30-11 Uhr statt, in Scheeßel ist es in Kürze

geplant.

Viele weitere Angebote für Eltern und ihre Kinder finden Sie unter Familienforum SIMBAV e.V., Tel. 04261/9438996, www.simbav.de

mittwochs von 15-17 Uhr Treff für junge Schwangere und (ganz) junge Mütter

Grüne Str. 31, **Verden**
Info: Cornelia Wolf-Becker, Tel. 04293/7086
Wir bieten einen Treffpunkt an, um Ideen zu entwickeln, wie man sich gegenseitig unterstützen und entlasten kann. Wir bieten Anregungen und Informationen, Begleitung und Unterstützung bei Behördengängen, Arztbesuchen und Ähnlichem und auf Wunsch Einzelgespräche. Wir können gemeinsam in netter Runde einen Nachmittag rund ums Kind verbringen und dabei nicht vergessen, dass wir alle auch Momente für uns selber brauchen.

Teenie-Mütter

Hier könnt ihr Euch austauschen, wenn ihr besonders jung Mutter geworden seid.
Ansprechpartnerinnen: Antje Jäger und Natascha Merz
Nähere Infos und Termine erhaltet ihr bei Natascha unter Tel. 01 51/11 67 34 99
SIMBAV e.V., Große Straße 21, **Rotenburg**, www.simbav.de

donnerstags von 15 – 17 Uhr Treff für junge Schwangere und (ganz) junge Mütter,

Grüne Str. 23, **Ottersberg** Info: Cornelia Wolf-Becker, Tel. 04293/7086 (s.o. Verden)

SIMBAV e.V.,
Unser Treffpunkt: **DÜT & DAT**,
Kirchstraße 10, Rotenburg,
Tel. 0171-1122464

Unsere Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 9.00 - 18.00 Uhr,
Sa. 9.00 - 12.00 Uhr, www.simbav.de

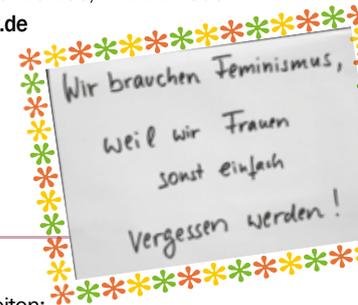
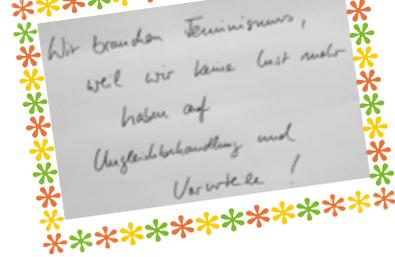
**Jeden 3. Montag im Monat, 20 Uhr,
Gesundheitsnetzwerk-Scheeßel-Treffen,**
Jan Schröder's Sportiv, Helvesieker Weg 70, Scheeßel. Es sind alle eingeladen, die im Gesundheitswesen (im weitesten Sinne) tätig sind und sich in **Scheeßel** vernetzen wollen.

**Jeden 1. Dienstag im Monat
um 19.30 Uhr.
Treffen des Rotenburger Unternehmerinnen Netzwerkes RUN e.V.**
Einladungen sind alle interessierten Frauen.
Infos: www.r-u-n.biz

**Jeden 1. Mittwoch im Monat um 20 Uhr
Frauenstammtisch des Walsroder Vereins
„Frauen helfen Frauen“,**
Buffalo Steakhouse (Hotel MyLord), Mühlenstr. 7, **Soztou**

**Jeden 2. Samstag von 10 - 12 Uhr
Forum Alleinerziehender**
Offene Gruppe für Mütter und Väter. Begegnung, Anregung und Austausch zu den besonderen Herausforderungen und Chancen als Ein-Eltern-Familie.
Ansprechpartnerin: Cinja Gerke
Familienforum SIMBAV e.V., Große Straße 21, **Rotenburg**, Tel. 9438996, www.simbav.de

**Jeden dritten Mittwoch
im Monat, 16.30 – 18.00 Uhr,
Offene Trauergruppe.**
Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich möglich. Ort: Gemeindehaus Kirchlinteln, Alte Dorfstr. 9, **Kirchlinteln**.



Dieses Mal hat Anja Rinck aus Rotenburg ein leckeres Sommerrezept und ein schönes Foto beigesteuert. Danke dafür!

Serranoschinken – Röllchen

mit Büffelmozzarella auf sommerlichem Salat

Zubereitung:

Rucola waschen und mit der Salatschleuder trocken

Dressing Zutaten miteinander verrühren und mit dem Rucola vermischen- auf vier Tellern verteilen

Cocktailtomaten, je nach Größe halbieren oder vierteln, Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden.

Beide Zutaten dekorativ auf den Tellern verteilen

Den Mozzarella in Scheiben schneiden und halbieren, so dass kleine Stücke entstehen, die mit einer halben Scheibe Serrano umwickelt werden können- so sollten 20 Röllchen entstehen

Salbei und Petersilie fein hacken und etwas von der Mischung auf den Mozzarella geben

Mozzarella mit Serrano umwickeln

In einer Pfanne Olivenöl erwärmen (nicht zu heiß) und die Serranoröllchen darin braten, bis sie leicht gebräunt sind und der Mozzarella anfängt zu fließen.

Salat mit je 5 Röllchen pro Teller sternförmig anrichten

Den Bratensatz in der Pfanne mit 3 EL Wasser lösen und über den fertigen Salat geben, mit den restlichen Kräutern garnieren

Anja Rinck



Zutaten für 4 Personen:

2 Bund Rucola, 250 g Cocktailtomaten
1 Bund Lauchzwiebeln

Dressing...

6 EL Olivenöl, 2 EL Balsamico- Essig, 2 EL Wasser, Salz und Pfeffer, Frische Kräuter nach Belieben (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Oregano)

Für die Röllchen...

2 Kugeln Büffelmozzarella (alternativ „normaler“ Mozzarella)
10 -12 Scheiben Serranoschinken, 5 Blätter Salbei
½ Bund Petersilie, 3 EL Olivenöl zum Braten

Haben Sie Lust, uns Ihre Rezeptideen zu schicken?
In jeder Ausgabe veröffentlichen wir eine Ihrer Ideen.

helene@rotenburg-wuemme.de

RAT UND TAT

Beratung und Hilfe:

BISS
(Beratungs- und Interventionsstelle
bei häuslicher Gewalt) 04281 / 983 6060
biss@lk-row.de

Frauennotruf
und Frauenhaus 04281 / 8367

Wildwasser Rotenburg
(Beratungsstelle gegen
sexualisierte Gewalt) 04261 / 2525

Ev. Beratungsstelle für Ehe-, Erziehungs-
und Lebensfragen 04261 / 2363
lebensberatung.rotenburg@evlka.de

Sozialberatung,
Diakonisches Werk 04261 / 2554
dwrow@aol.com

Suchtberatung,
Verein für Sozialmedizin 04261 / 63 957
info@suchtberatung-row.de

Flüchtlings- und Ausländerberatung,
Diakonisches Werk 04261 / 92 95 22
elangdwrow@aol.com

Bundesweites kostenloses Hilfetelefon
"Gewalt gegen Frauen"
(Anruf kostenlos) 0800 / 116 016

Krisentelefon Zwangsheirat
(Anruf kostenlos) 0800 / 066 78 88
zwangsheirat@kargah.de

Was ist Feminismus?

Als ich im DGB-Lexikon von 1964 das Wort Feminismus suchte, fand ich zwei Wörter dafür: „Weibisches Wesen“ und „Verweiblichung“!

Da war Wikipedia doch etwas ausführlicher: „Feminismus (abgeleitet von französisch *féminisme*) ist sowohl eine akademische als auch eine politische Bewegung, die für Gleichberechtigung, Menschenwürde, die Selbstbestimmung von Frauen sowie das Ende aller Formen von Sexismus eintritt. Der Feminismus entstand mit den Emanzipationsbestrebungen von Frauen im Zuge der Aufklärung in Europa sowie im Zusammenhang allgemeiner Bürgerrechts- und Freiheitsbewegungen weltweit und kontrastierte den Anspruch der Gleichheit aller Menschen mit den Alltagserfahrungen

von Frauen. Auf dieser Basis forderte er, die Gleichheit von Frauen und Männern nicht nur zu postulieren, sondern ihr auch rechtlich und politisch Rechnung zu tragen. Zu diesem Zweck setzten sich Feministinnen und Feministen mit den philosophischen Begründungen für eine Ungleichbehandlung auseinander und entwickelten verschiedene feministische Theorien und Denkansätze als kritische Kultur- und Gesellschaftsanalysen. Ein einheitlicher Feminismus, dessen Definition weltweite Gültigkeit besäße, gilt heutzutage nicht als erstrebenswertes Ziel, da Frauen aus unterschiedlichen Kulturen und gesellschaftlichen Verhältnissen stammen, die sie stärker prägen können als das Geschlecht.“

Als ich Kind war, gab es für mich diesen Aus-

druck nicht. Ich wollte immer ein Junge sein, die durften mehr als Mädchen, sie mussten nie abwaschen, Fenster putzen oder sonntags kochen. Selbst als ich verheiratet war, war ich neidisch auf männliche Wesen, sie erlaubten sich mehr und ich habe das Heimchen gespielt, brav, wie es sich gehört. Erst nach der Scheidung, das war 15 Jahre nach der Heirat, habe ich angefangen, das Frau-Sein, mein Frau-Sein, zu schätzen. Inzwischen bin ich fest davon überzeugt, dass wir Frauen ein enormes Potenzial an Qualitäten haben, eine unglaubliche und unerschöpfliche Energie haben und dass wir sie nutzen können. Ich bin stolz darauf und glücklich, eine Frau zu sein.

Christel Gerken

Hilfe! „Ich habe Simone de Beauvoir verloren!“

Es geht nicht darum, dass die bekannte und von vielen Frauen meines Jahrgangs verehrte Simone de Beauvoir „vom Sockel“ gestoßen wurde. Womöglich aus dem Grund, weil sie nicht in der Art und Weise emanzipiert war, wie aktuell von uns modernen Feministinnen/Frauen erwünscht. Nein! Darum geht's:

Regelmäßig im Frühjahr sortiere ich meine Büchersammlung. Die Romane der Autorin Simone de Beauvoir, geb. am 9. Januar 1908 in Paris, gestorben am 14. April 1986, haben darin seit Jahrzehnten, genauer gesagt seit den frühen 70er Jahren ihren Platz.

Werke von Autorinnen, die mich nicht mehr berühren, also an Bedeutung für mich persönlich verloren haben, aber vielleicht für andere Frauen wertvoll sind, verschenke ich. Andere Exemplare, noch sehr gut erhalten, will evtl. keine aus dem Freundinnenkreis haben. Sie werden in eine Holzkiste gepackt und finden

ihren Platz in einer Ecke des Dachbodens.

Ich lasse mir Zeit an diesem besonderen Tag im Frühjahr. Einmal jährlich wird die gesamte Sammlung gesichtet und begutachtet. Alte Erinnerungen an vergangene Lebensphasen kommen und gehen. Bei manchen verweile ich, schreibe hier und da eine Randnotiz mit kleinen aber deutlichen Buchstaben. Dann gibt es jene Werke, die ich schnell, fast hastig wieder aus der Hand lege, weil sie mich in beunruhigender Weise berühren?

In diesem Jahr ereignet sich bei der Literatursichtung UNERWARTETES. Ich vermisse zwei mir sehr wichtige Werke von Simone de Beauvoir. Sie war das Vorbild meiner Jugendjahre, der Schul/Studienzeit in den 70er Jahren. In nicht enden wollendem Bemühen mache ich mich auf die Suche und verbringe an einem sonnigen Märztag mehrere Stunden vor meinen Bücherregalen, ohne fündig zu werden.

„Die Mandarins von Paris“ und „Die Welt der schönen Bilder“ fehlen! Kurz zu den beiden Werken: In „Die Mandarins von Paris“ geht es um einen Schlüsselroman aus dem Jahr 1954. Er gilt als Chronik des Existentialismus. „Die Welt der schönen Bilder“, entstanden im Jahr 1959, schildert die Gesellschaft der Neureichen, in der Gefühle zu Werbespots werden. Die Menschen dieses Romans leiden an den Lügen und Heucheleien des Kapitalismus, besessen von Statussymbolen, den „schönen Bildern“.

Liebe Leserinnen der „Helene“! Hat Eine die genannten Romanexemplare in ihrer Sammlung und will/kann die Werke abgeben?

Kontakt: Johanna Helen Schier. E-Mail: J.H.Schier@t-online.de



Annerose, 9 Jahre, Ballettlehrerin



Dana, 6 Jahre, Fee



Mia, 7 Jahre, Tierpflegerin im Tierheim

Frau aus der Bibel

Auch für diese HELENE hat Schwester Christa vom Diakonissen-Mutterhaus in Rotenburg wieder eine Frau aus der Bibel portraitiert. Vielen Dank!

Ein rotes Seil - - -

Der Begriff „Emanzipation“ war zu meiner Zeit unbekannt, obwohl er, denke ich, durchaus existierte! Auch wenn wir Frauen nirgendwo eigenständig erwähnt wurden, sondern immer einfach den Männern zugerechnet waren. Trotz allem, an dem Männer keinen Anteil hatten – Hauswesen, Geburten, Kinderbetreuung - die Frau war abhängig vom „starken Geschlecht“. Dabei hat es uns oft genug nicht an Stärke gefehlt, im Alltag sowie in besonderen Situationen!

Auch in dem Gewerbe, dem ich angehöre, dem „anrühigen“! Die Anständigen verachten mich, auch wenn mich manche insgeheim bewundern, wenn nicht sogar beneiden um meine Unabhängigkeit. Ich habe – in meinem Bereich – einen guten Ruf, daher auch reiche und bedeutende Männer unter meinen Kunden. Dadurch habe ich es zu einem eigenen Haus gebracht und kann auch meine Eltern und Geschwister mit versorgen.

Mein Haus liegt an der Stadtmauer von Jericho. Das ist sehr günstig, denn so können meine Besucher auch von außerhalb ungesehen kommen und gehen!

Aber jetzt suchte ein fremdes Volk, sich unserer Stadt, ja, unseres ganzen Landes, zu bemächtigen. Menschen, die aus Ägypten kamen, eine jahrelange, bewegte Wüstenwanderung hinter sich hatten. Von starken Führern war die Rede und von einem starken Gott. Von diesem erzählte man sich ungeheuerliche Dinge! Er hatte das ganze Volk unbeschadet durch das Schilfmeer gehen lassen, während ihre Verfolger hinter ihnen darin umkamen. Und er hatte sie in der Wüste mit Nahrung versorgt und mit

Wasser aus dem Felsen.

Unsere Religion war der „Fruchtbarkeitskult“ mit seinen bedeutenden Gottheiten Baal und Astarte. Würden die uns vor dem fremden Volk mit ihrem starken Gott beschützen?

Das waren so meine Gedanken, bevor die Kundschafter kamen.

Sie kamen wie alle Männer, die mich besuchen, dennoch erregten sie Aufsehen, wohl wegen ihrer fremden Kleidung. Die Stadtoberhäupter hatten Verdacht geschöpft. Man schickte zu mir und verlangte, ich solle die Männer herausgeben, also verraten! Aber, warum tat ich das nicht? Ich weiß es nicht, da hat eine höhere Macht mich handeln lassen. Etwa der Gott des anderen Volkes?

Ich musste es einfach tun, die beiden Kundschafter vor ihren Verfolgern verstecken und sagen: „Die sind längst wieder weg, noch ehe man die Stadttore zur Nacht verschlossen hat. Seht zu, wo ihr sie draußen findet!“ Dann brachte ich die beiden nach oben aufs Dach, wo ich meine Flachsbindel zum Trocknen ausgebreitet hatte. Die waren groß genug, um zwei Männer darunter zu verbergen! Im Dunkel und in der Stille hörten wir die Schritte der Verfolger zur Furt des Jordan hin verklingen.

Dann sprach ich mit den Kundschaftern. Ich bin es ja gewöhnt, mit Männern zu reden und sachlich zu verhandeln! Ich sagte ihnen klar, was ich von ihnen wusste, und wie sehr unsere Stadt und das ganze Land bereits in Angst und Schrecken vor ihrem Volk lebten. Und ich verhandelte auch hier.

In meinem Besitz befand sich ein starkes ro-

tes Seil, damit hatte ich schon manchen Mann unbemerkt über die Mauer herauf und herunter gelassen. Bevor ich den beiden Männern mit diesem Seil jetzt zur Flucht verhalf, nahm ich ihnen das Versprechen ab, bei der Einnahme der Stadt mein Haus und mich samt meiner ganzen Familie zu verschonen. Das wurde mir feierlich zugesagt.

Das rote Seil, das die Kundschafter unbemerkt über die Stadtmauer verschwinden ließ – ich riet ihnen, sich noch einige Zeit auf dem Gebirge zu verstecken –, das wurde nachher auch die Rettung für meine Familie und mich. Ich ließ es aus dem Fenster hängen, und so wurde meine Familie vor feindlichem Zugriff verschont, als die Stadt eingenommen wurde. Damit wäre meine Geschichte zu Ende. Sie ist nachzulesen im Alten Testament bei Josua im 2. Kapitel.

Aber der Glaube an den einigen Gott, den unsere Eroberer praktizieren und der endlich auch unser Glaube wurde, der bekam – man nennt es heute Gottes Heilsplan – seine Erfüllung, an der Männer – und Frauen – seit Anbeginn der Schöpfung ihren Anteil haben.

So taucht mein Name in der Bibel später noch einmal auf, bei Jakobus, im Hebräerbrief und beim Evangelisten Matthäus, der mit einem Geschlechtsregister beginnt. Hier werden die Vorfahren des späteren Heilands und Erlösers Jesus Christus sachlich aufgeführt, und da stehe auch ich.

Sollte mich das nicht ein bisschen stolz machen?

Christa Godemann



Josefine, 6 Jahre, Tierheimleiterin



Emily, 8 Jahre, Reitlehrerin



Maxime, 8 Jahre, Reitlehrerin

Mädchenaktionstag

Die HELENE-Redaktion fand, zum Thema „Feminismus“ könnte einmal die Erfolgsgeschichte dieses Projektes dargestellt werden.

Jedes Frühjahr ist es wieder so weit: Seit inzwischen bald zwanzig Jahren findet dann der Mädchen Aktionstag statt, für alle Mädchen im Landkreis Rotenburg (Wümme), die in die Klassen 5, 6 oder 7 gehen.

Der Mädchenaktionstag (MAT) wird vom Arbeitskreis Mädchen im Landkreis Rotenburg organisiert - dieser Arbeitskreis besteht aus Frauen, die in der Jugendarbeit tätig sind, und einigen kommunalen Gleichstellungsbeauftragten aus dem Landkreis.

Angefangen hat das Projekt 'Mädchen-Aktionstage' in den 90ern mit einer ganzen Woche voller Workshops für Mädchen, verteilt an verschiedenen Standorten im Landkreis, und einem Abschlussfest in Rotenburg. Um den Aufwand zu verringern wurde daraus dann später zunächst für ein paar Jahre ein Wochenende mit Übernachtung in Rotenburg im Herbst. Und als das wegen der großen Anzahl Mädchen, die dabei sein wollten, nicht mehr zu schaffen war, wurde daraus schließlich der Mädchenaktionstag an einem Sonnabend im Frühjahr in Rotenburg, bzw. einmal auch in Scheeßel.

Der Erfolg des Projektes ist groß, einige Jahre lang sind mehr als 200 Mädchen aus dem gesamten Landkreis zusammen gekommen. In den letzten fünf Jahren ist die Zahl auf 120-150 zurückgegangen - aber immer noch ist der MAT ein riesiges Erlebnis. Ziel ist, stereotype Rollenbilder spielerisch zu hinterfragen und die Mädchen in ihrer individuellen Entwicklung zu unterstützen, ihr Selbstbewusstsein zu stärken und ihnen die Gelegenheit zu geben, in Workshops Dinge auszuprobieren, zu denen sie vielleicht sonst keine Gelegenheit haben. Vor allem aber sollen sie Spaß haben an diesem Tag - und das gelingt auch immer.

Was sind das für Workshops? Bisher konnten die Mädchen zum Beispiel bildhauern, Regale, Stühle und Lampen für ihre Zimmer bauen, mit Metall arbeiten, Theater spielen, Akrobatik machen, in Bäumen klettern, Zirkusartistinnen sein, Trampolin springen, Clownin spielen, tanzen, Bogen schießen, filmen, funken, Rockmusik machen, Roboter bauen und programmieren, schräge Mode schneiden und so weiter...

Abgeschlossen wird der Aktionstag jedes Mal mit einer gemeinsamen Präsentation aller



Workshopergebnisse untereinander und einem tollen Büffet.

Der MAT hat jedes Mal ein Thema, um das sich alles rankt. 2014 ging es ums Universum und das Motto hieß: "Quer durch die Galaxis". Der MAT wird von vielen Institutionen, Vereinen und Kommunen finanziell unterstützt.

Warum nur für Mädchen? Die Mädchen genießen es in diesem Alter, einmal ganz unter sich zu sein und ohne 'Konkurrenz' der Jungen alles auszuprobieren zu können.

Und warum gibt es keinen Jungen-Aktionstag? Ja, die Jungen könnten so etwas sicherlich auch gut brauchen, aber darum müssten sich die Männer aus der Jugendarbeit kümmern!

Mehr über den Mädchenaktionstag finden Sie unter www.ak-mädchen-rotenburg.de

Brigitte Borchers



Foto: Andrea Zachrau

Wir brauchen Feminismus,
weil wir eine gerechte
Gesellschaft wollen

Gedämpfte Wildheit

(Blick aus dem Fenster)

Durch ´s wehende Gras laufen – barfuß.
Das Gesicht gegen den Sturm.
Rauschende Bäume um mich herum –
Das Stroh schon zu Ballen gerollt.

In mir Trieb und Wildheit.
Verlangen, alles in mich aufzunehmen.
Verlangen, mich auszutoben.
Natur des Menschen.

Sonnenstrahlen auf dem feuchten Acker.
Lichtflimmern auf der schon belaubten Wiese.
Alles in Bewegung.
Nur der Mensch hat Statisches gesetzt:

Ich sehe Gartenzaun und Haus
Und die quadratisch angelegten Äcker.
Kontrapunkte. Eine Auseinandersetzung.
Nicht mehr eingehen in das Fließen.

Wer bin ich Mensch?
Natur oder Gegensatz?
Bewegtes oder starr mich festhaltend –
An der Menschen Regeln
IM VERSUCH
Mich selbst zu verleugnen?

Gwendolyn Stort (Oktober 1988)

Gottes Werk

Wenn der Frühling uns schon einige Tage
mit Sonne verwöhnt hat
holt Gott ihren Aquarellkasten heraus.
Und sie malt:

Das blaueste Blau für die Sternblümchen,
das weißeste Weiß in die grünen Blätter der Buschwindröschen,
ein grünes Grün mit einer Ahnung von Gelb
für die runden Blüten des Ranunkelstrauches.
Ein zartes Rosa an die Kirschblüten,
die wie kleine Ballerinen schweben.
Einen Hauch von Lila in das Weiß der Blüten der Magnolie
und ein zartes Salbeigrün in ihre Samtknospe.
Ein freches Gelb an die Forsythien,
zartes Blau und Gelb an die Krokusse.
Ein neues, weiches Licht an den Himmel.

Heike Rahmann

Wir brauchen Feminismus,
weil die Macht und
das Kapital noch
männlich sind.



waagerecht

2 Hubertine Auclert gilt als seine Begründerin **11** variabler Winkel oder Kuschel-Befehl **18** gemessen am Alter der Menschheit ist die Entwicklung des 2 waagerecht so **19** Heinrich Manns berühmter Professor **21** zur WM reichlich hörbare Musik **22** Maßeinheit elektrischer Ladung **24** Mauszeiger **25** er schürte Othellos Misstrauen gegen Desdemona **27** das haben wir auf die Hälfte der Macht **30** klingt nach Paradies für Zahnärztinnen **32** unsere neue Kreisfrauenbeauftragte **34** Sulawesi alter Name **37** „Dachorganisation“ von Ndrageta, Camorra und Cosa nostra **39** hochdeutsche Snüt **41** Marquez ´ große Liebesgeschichte spielt in diesen Zeiten **43** Gemeinsamkeit von Frau und Mann **44** sie nennen sich selbst eestlased **45** passt vor Stift, Glas und Fuß **47** Die Biene verduftet, wenn die Blume ... **49** opposite of far (engl.) **50** Manche Männer haben Beine wie dieses Tier - nicht so schlank, aber so behaart **51** Dass die meisten von uns Frauen .. **55** meines Erachtens eine treffende Abkürzung (Abk.) **56** bei der Namensgebung dieser Einheit leistete Georg Simon keinen Widerstand **59** .. nur auf Zugeständnisse vertrauen .. **63** Vorläufer von cool, fett und hip **64** Hitlers Ordnertruppe (Abk.) **65** .. ist für Männer viel bequemer **67** not yes **68** Chinas Top-Level-Domain (Abk.) **69** .. sagte einst schon Lisa Kraemer **74** damit hört man englisch **76** früher einmal Emanzipationskleidung (Mz.) **77** lateinische Zwillinge, Raumkapsel **79** Haustierdressurmittel **80** passt hinter Trocken, Blitz und Erdbeer **81** türkisches Euro-Gegenstück **82** unantastbar **85** berühmtester Boss von **37** waagerecht **87** Herrschaftslosigkeit **88** edles Gesicht **90** aus dem machen sich manche Unterhaltspflichtigen **92** tote Fische **94** ähnlich der Gewährleistung **96** Ihr §370 ist Verurteilungsgrundlage für Delikte à la Hoeneß (Abk.) **97** diesen shop besuchen mehr Männer als Frauen **99** Kurzform von „Entriecher“ **100** im positiven Sinne so ist, „wer sich nicht mit den Gedanken zufrieden gibt, die er ohne weiteres in seinem Kopf vorfindet“ (Ortega y Gasset) **102** Digital-speicherkapazitätseinheit (Abk.) **103** für ihres ist Mona Lisa berühmt **105** leuchtet extrem dankbar (Abk.) **106** namentlich furchtsame Insel **108** Heimat sagenhafter Jungfrauen **109** weibliche Seelenverwandte (Mz.) **110** so viel Bock haben wir auf Diskriminierung

senkrecht

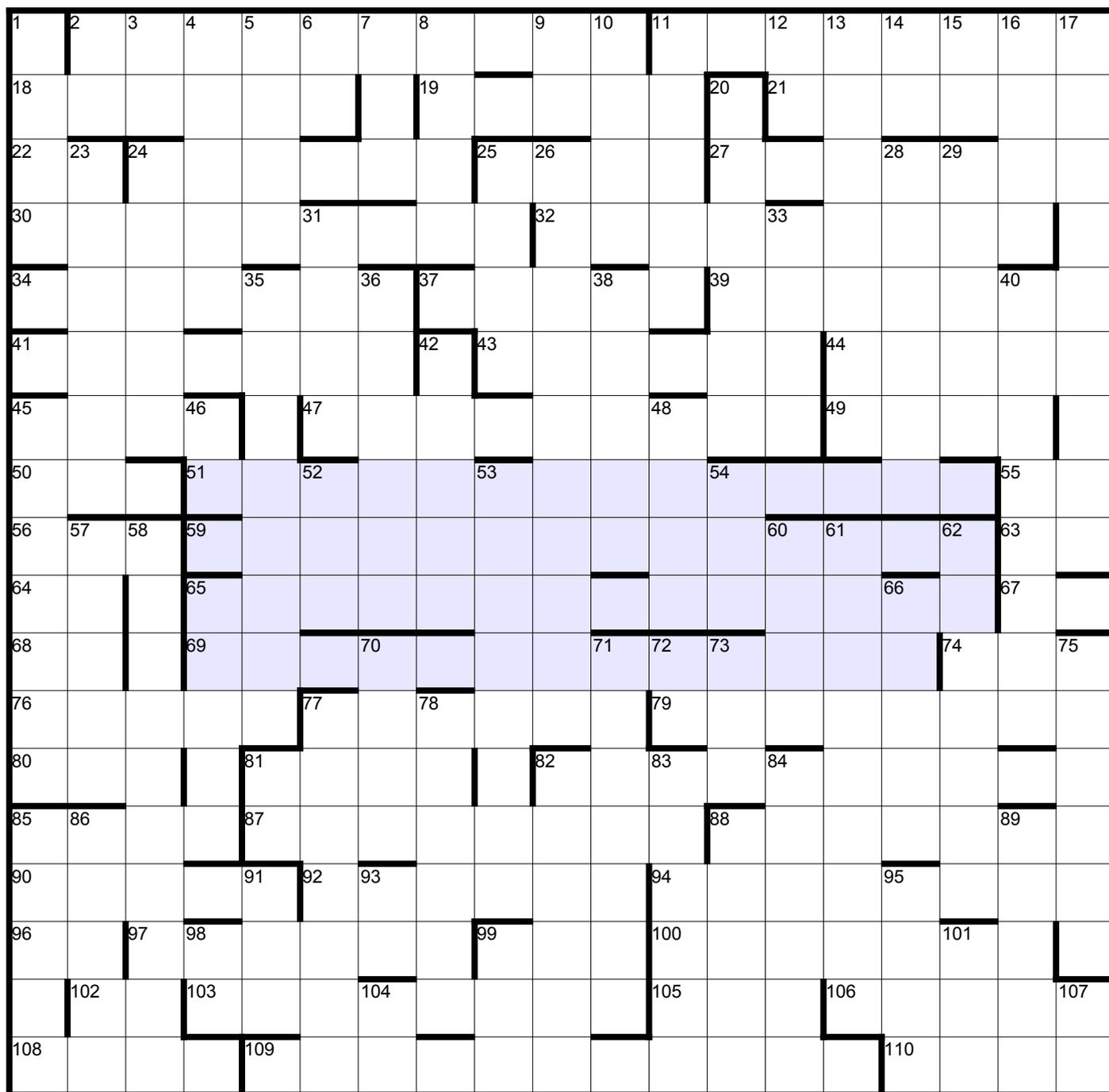
1 erdbewegender Imperativ, oder Ruhestätte **2** vierte Sprosse der italienischen Tonleiter **3** Halbton oder Pronomen **4** konstruktiver Imperativ oder Berber **5** Kreuzinschrift **6** Abkürzung für einen Bibelteil (oder einen Wasservogel?) **7** Zertifizierungsnorm **8** Koranvers **9** zwischen Kleidungsstück und Großvater ergibt dieses ausgestorbene Tier unseren Teilkontinent **10** aus Palmen gewonnene Speisestärke **11** Spaltöffnung in Pflanzenblättern **12** Hummel-Hummel (Abk.) **13** Geburtstagsgeschenk für 5 senkrecht (Mz.) **14** Präposition für Stasi-Spitzel **15** europäisches Gegenstück zu DIN (Abk.) **16** kurze Alternative zum Bleiben **17** klauen auf amtsdeutsch **20** das findet sich mitten in der Krimskramsachtel **23** Platons Gleichnis spielt in ihr **24** Daphnis ´ Geliebte **25** Stadt und Provinz im Iran **26** O-Saft-Lieferantinnen **28** Lieblingszahlen der Streberinnen **29** spanische Afrika-Exklave **31** ihn kann man treffen oder jemandem darauf gehen **33** passt vor zeit, haar und holz **35** das will 2 waagerecht **36** in manchen Ländern müssen scheidungswillige Frauen fürchten, damit entstellt zu werden **38** bekanntere Verwandte der Kalaallit, Inupiat und Yupik **40** Anfang und Ende jeder Flugreise **42** für sein Tierleben berühmt **45** typisch weibliches Schmuckstück **46** englisches wenn **48** das suchst du am Möbiusband vergeblich **52** Vorfahr, oft auch nach 9 senkrecht **53** Kain erschlug Abel, weil er so war **54** wem gehörst du / dein Bauch? **57** aktueller Name von Tongking **58** ungerecht, wenn für Frauen und Männer verschiedene gelten **60** Europäische Krankenversicherungskarte (Abk.) **61** moderner Frauen-Arbeitsplatz **62** Faserzementmarkenname **65** Flachland (geografisch), Fläche (geometrisch), Niveau (sprachlich) **66** viele Frauen sehnen sich nach diesem Gewicht **70** Epoche **71** lose Zweierbeziehung **72** Maßeinheit in Kochrezepten (Abk.) **73** Fragewort, passt vor ken, wolf oder mut **75** Borderline-Verhalten **77** Halbstrauch mit gelben Schmetterlingsblüten **78** vorwärts: ... **81** mit le und lu Anfang eines Schlafliedes **82** englischer Schutzschild **83** deutsches Bowling **84** Dank dieser Technik muss man nicht mehr persönlich Achterbahn fahren **85** König Davids Lieblingsliedform **86** ihre Kraft ist sehr risikobehaftet (Mz.) **88** das kann man sich in der Sonne **89** Gegend im Westen Österreichs und im Norden Italiens **91** mit Schuppen deutlich gefährlicher als mit Federn **93** Hitlers Nachname bei Brecht **95** Schauplatz einer biblischen Auferweckung oder Perser-Teppich-Typ **98** KFZ-Kennzeichen im Libanon (Abk.) **99** Artikel, der Blickdichte misst **101** für die Vase ungeeigneter Strauß **104** Europäische Kennzeichnung gemäß Verordnung 765/2008 (Abk.) **107** Gegenstück zur virtuellen Welt (Abk.)

ZU GUTER LETZT

Natürlich wurden uns zum Thema auch Witze und Geschichten erzählt. Zwei geben wir hier weiter:

Zwei Männer sollen die Höhe eines Fahnenmastes berechnen. Sie stehen mit Maßband davor und überlegen, wie das nochmal ging, diese Berechnungsformel mit dem Winkel. Tiefes Nachdenken. Eine Frau kommt dazu, zieht den Mast aus der Verankerung, legt ihn auf die Erde, misst ihn mit dem Maßband, notiert das Maß, gibt den Zettel an die Männer weiter und geht. Kommentar der Männer: „Da sieht man’s mal wieder. Frauen haben überhaupt kein technisches Verständnis. Wir sollten die Höhe des Mastes berechnen, nicht die Länge.“ ...!

Wahre Begebenheit: Eine kommunale Mitarbeiterin hatte in ihrem Büro den Satz hängen: „Frauen müssen doppelt so gut sein wie Männer, um die gleiche Anerkennung zu bekommen. Aber das ist ja auch nicht so schwer.“ Diesen Satz hatte sie auch als Kopie für alle Fälle immer in der Tasche. Eines Tages sollte sie einem Bürger einen technischen Sachverhalt erklären. Der stutzte sehr, als er einer Frau und nicht einem Mann gegenüber stand. Damit hatte er nicht gerechnet. Sie erklärte ihm alles geduldig und überreichte ihm zum Abschluss den Zettel. Den las auch seine daneben stehende Frau - und applaudierte...



Auflösung

Auch für diese Ausgabe hat Gisela Weiß-Jäger wieder ein Rätsel ausgetüftelt.

Viel Spaß beim Raten!

Lösung bitte bis zum 01.12.2014 einsenden an:

Brigitte Borchers,
Stadt Rotenburg (Wümme),
Große Straße 1,
27356 Rotenburg

Die Gewinnerin des Preisrätsels in HELENE 2/2014 ist:
Käte Massmann.

Das Lösungswort war:

„Wir lassen uns so sehr gehen, dass wir nur noch fahren“

*Die Wirtschaft ist wie eine
isländische Geysirlandschaft.*



Sie bleiben auf sicherem Boden, wenn Sie in eine zertifizierte Ausbildung bei Anja Mýrdal & Team investieren!

Wir bieten Ihnen ...

- Trainer-Ausbildungen
- Coach-Ausbildungen
- Mediatoren-Ausbildungen
- NLP-Ausbildungen



zert. DVNLP e.V. | BDVT e.V. | DACH e.V.
für BUSINESS und BERATUNG.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!



Anja Mýrdal & Team OHG
Ahlsdorfer Weg 8 • D-27383 Scheeßel • T 0 42 63 - 98 48 48
info@anjamyrdal.de • www.anjamyrdal.de



Ausblick auf's nächste Heft:



Es soll ums Tanzen gehen beim nächsten Mal!

Tanzen: Lebensfreude, Geselligkeit, Tradition, Moderne, Sport, Kunst, Kult, Protest dazu fällt uns schon mal gleich sehr viel ein und wir hoffen, euch und Ihnen auch.

Wir freuen uns auf viele Leserinnenbeiträge, Termine und Tipps!

Das Heft soll noch in diesem Jahr erscheinen (damit es sich noch zusammen mit einem Abo zu Weihnachten verschenken lässt...), Redaktionsschluss ist am 15. November.

Viele Grüße bis zur nächsten „HELENE“

*Brigitte Borchers, Britta Riebesehl,
Kathrin Hammermeister, Indra Sahlin und
Frauke Steinmüller*

Abend-Garten

Leise klingen die Glockenblumen,
Schwer wiegen die Dolden des Fingerhutes hin und her.
Schlafend nicken die kleinen Gänseblümchen,
das zarte Köpfchen mit Blütenblättern bedeckt.
Die grünen Finger des Farns winken ein letztes Mal.
Nur der Lavendel singt noch ein Sommerlied
von Zikaden und Meer

Heike Rahmann

Redaktionsschluss
für die nächste Ausgabe

15.11.2014

helene@rotenburg-wuemme.de