

Inselpost Nr. 13

Neues von der Insel...

Der dreizehnte Newsletter 2021 der Gleichstellung ist da!

Liebe Leserinnen und liebe Leser, sehr geehrte Interessierte:

Bevor diese Inselpost startet, möchte ich mich ganz herzlich bei allen Teilnehmenden und Veranstaltenden der äußerst gelungenen „Queer- Veranstaltungsreihe“ bedanken- es war eine beeindruckende Zeit, die wir ja im nächsten Jahr mit weiteren Aktionen fortführen werden.



In dieser Inselpost geht es um den Online-Treffpunkt „Café Luise“ für Alleinerziehende, um ein Seminar zu geschlechterspezifischen Unterschieden bei Online-Konferenzen und um ein Theaterstück im Bürgerhaus in Nastätten. Das 21. Filmfestival von Terre des femmes ist gestartet, es gibt es die Möglichkeit, Filme zu streamen. In Bad Ems startet eine Weihnachtspäckchen- Sammelaktion für unsere Mitbürger*innen im Ahrtal unter dem Motto „Licht ins Ahrtal“. Die Landfrauen des Rhein-Lahn-Kreises sind mit einer Nikolaus-Aktion ebenfalls aktiv! Zudem informieren sie in einem Online-

Vortrag rund um Gemüse, Fermentieren und gesundheitliche Vorteile. Gestärkt durch die Pandemie kommen und Kraftquellen im Alltag finden- damit beschäftigt sich abends ein Online -Workshop des Arbeitskreises für Frauen und Mädchen am Arbeits- und Ausbildungsmarkt. Eine Fachanwältin für Arbeitsrecht informiert in einem digitalen Nachmittags- Angebot zu Themen rund um (un)erlaubten Fragen im Vorstellungsgespräch, Auswirkungen des Teilzeit- und Befristungsgesetzes, rechtlichen Regeln für Midi- und Minijob und auch zur Rückkehr ins Erwerbsleben nach Eltern- oder Pflegezeit. Mit dem sechsten Abend endet unsere erste Reihe des PC-Kurses für Frauen „Her mit den Cookies“ Bisher gab es viele Anmeldungen, positive Rückmeldungen und einen lebendigen Austausch- wir sind bereits in den Planungen für das nächste Jahr! Zudem bieten wir digital wieder ein Job- und Business-Coaching für



Gründerinnen, Wiedereinsteigerinnen und Unternehmer*innen an.

Ende November gibt es im Frauenlandhaus Charlottenberg ein spannendes Biographie- Seminar mit dem Titel „Ich hole mir mein Leben zurück“. Solwodi startete eine Podcast- Reihe. Ein interessanter Presseartikel zum 30-jährigen Bestehen des rheinland-pfälzischen Frauenministeriums ist angefügt.

Gerade sind die Gleichstellungsbeauftragten des Rhein-Lahn-Kreis in der „heißen Phase“ der Vorbereitungen zu „Orange the world“- Die Farbe Orange steht für eine Zukunft ohne Gewalt gegen Frauen. In Koblenz engagieren sich viele Frauen der unterschiedlichen Service-Clubs für diese Aktion.

Jedes Jahr am 25.11. leuchten auf der ganzen Welt zahlreiche Gebäude in Orange und setzen damit ein starkes Signal gegen Gewalt an Frauen und Mädchen. Wir sind erstmals dabei und arbeiten in einer Kooperation mit Koblenz und dem Westerwaldkreis zusammen.

Die Kampagne beginnt am 25. November (Tag: Nein zu Gewalt an Frauen) und endet am 10. Dezember (Tag der Menschenrechte).

Montabaur startet am 24.11. mit einer interessanten Auftaktveranstaltung, dann geht es in Koblenz und bei uns weiter: Es wird Aktionen geben in unseren Verbandsgemeinden und der Stadt Lahnstein. Informationen dazu gibt es in der nächsten Inselfpost - Wir konnten ein vielfältiges Programm zusammenstellen mit Referentinnen von Solwodi, Opferschutz Polizei, dem Frauenhaus, UN-Women etc. Annika Woyda vom „Theater am Ehrenbreitstein“ wird eine Performance zeigen, verschiedene Trommelgruppen sind dabei! Die Bürgermeisterinnen, Bürgermeister und der Landrat unterstützen diese Aktion.

Wir suchen noch Unterstützer*innen: Dekorieren Sie Ihre Schaufenster orange, beleuchten Sie Ihre Gebäude außen oder innen orange? Wir sind schon gespannt und freuen uns, wenn die Unterstützungsmöglichkeiten für Frauen bekannter werden!

Nun aber zur Inselfpost:

Jeden ersten Montag im Monat „Café Luise“: Digitales Angebot für Alleinerziehende

Der Verband Alleinerziehender Mütter und Väter RLP e.V. hat ein neues Online-Angebot: regional und digital soll das Café Luise allen Alleinerziehenden – zunächst im Raum Mainz-Bingen und Alzey-



Worms, später auch in anderen Regionen – Gelegenheit geben, andere Alleinerziehende aus der Region kennen zu lernen, sich auszutauschen und sich vielleicht in der nahen Zukunft auch in Präsenz vor Ort zu treffen. Die Teilnehmer*innen geben die Themen vor und können sich informieren, austauschen und lernen andere Alleinerziehende ihrer Region kennen. **Das Café Luise findet jeweils am ersten Montag im Monat um 20.00 Uhr statt.** Der nächste Termin ist der 08. November um 20.00 Uhr! Machen Sie es sich auf dem Sofa gemütlich und schalten Sie sich gerne bei einem guten Getränk dazu! Den Einladungslink zur Veranstaltung erhalten Sie nach vorheriger Anmeldung per Email an rach@vamv-rlp.de.

Donnerstag, 28. Oktober 2021, 19.00 Uhr digital: „Zoom, Skype, Teams und Co...für Frauen“

Das Frauenlandhaus bietet ein Seminar an: Welche geschlechterspezifischen Unterschiede treten bei der Nutzung von Online-Konferenzsystemen auf, und wie können Referentinnen und Teilnehmende darauf reagieren? Im gemeinsamen Austausch werden Strategien entwickelt, wie wir als Referentinnen Online-Meetings gendersensibel gestalten und als Teilnehmerinnen selbstsicher partizipieren können. Mehr Infos unter [Online-Kurs | LAG anderslernen](#) . Fragen und Anmeldung:

Nadine Sohn, LAG anders lernen
nadine.sohn@andereslernen.de
TEL 01516 - 8116027

Theater im Bürgerhaus Nastätten am 30.10.2021, 19.00 Uhr

I AM what I AM
von Nicole Weide

Minuschka, im wirklichen Leben Bernhard, liebt die Bretter, die die Welt bedeuten – umgeben von Puder, Glitzer und Pailletten – über Alles. Seit vielen Jahren ist er glücklich liiert mit Boris. Ihr Glück ist fast perfekt, wäre da nicht die große Sehnsucht nach einem leiblichen Kind. Als seine »Garderobiere« Paco krank wird, taucht Malu in dieser kunterbunten Welt auf. Malu, deren Leben bis zu diesem Zeitpunkt nur Enttäuschungen bereithielt, kann sich nur schwer in dieser Glitzerwelt zurechtfinden. Minuschka erkennt den weichen Kern hinter ihrer rauen Fassade und es entsteht eine Freundschaft. Malu wird zum Zuhörer, Seelentröster und Mutmacher. Die Gesetze erlauben ja mittlerweile schon viel, aber ein leibliches Kind?

Dauer: 2 Stunden | Eintritt: 10,00 Euro/ Bei allen Aufführungen gelten die jeweils aktuellen Corona-Regeln. Nur Kartenreservierung! Tel.: 02685/2060374 oder E-Mail: info@bartels-buehne.de Für den 30.10. unter vorverkauf-theater@web.de



**I AM
what
I AM**
Von Nicole Weide

**BARTELS
BÜHNE**
FLAMMERSFELD e.V.

Wied-Scala Neitersen (Premiere)
So., 17.10.2021 16.00 Uhr

Bürgerhaus Flammersfeld
Sa., 23.10.2021 19.00 Uhr

Kulturnahnhof Puderbach
So., 24.10.2021 16.00 Uhr

Bürgerhaus Nastätten
Sa., 30.10.2021 19.00 Uhr

Stadthalle Hachenburg
Sa., 06.11.2021 19.00 Uhr

Bei allen Aufführungen gelten die jeweils aktuellen Corona-Regeln.
www.bartels-buehne.de

Nur Kartenreservierung!
Tel.: 02685/2060374 oder E-Mail: info@bartels-buehne.de
Für den 17.10. unter www.wied-scala.de
Für den 30.10. unter vorverkauf-theater@web.de

Filmfestival vom 27.10. bis 03.11.2021 – auch online

Der Vorverkauf für das 21. Filmfest FrauenWelten (27.10.-03.11.2021) von TERRE DES FEMMES hat begonnen. Ab sofort ist es möglich, Tickets für die 29 Spiel-, Dokumentar- und Kurzfilme aus 26 Ländern sowohl für die Vorführungen im Kino als auch für die Streaming-Variante online zu kaufen.

Ergänzend zu den Filmen bietet das Filmfest FrauenWelten auch in diesem Jahr wieder ein hochkarätiges Rahmenprogramm an. Das Festivalteam freut sich sehr darüber, zahlreiche FilmemacherInnen, ProtagonistInnen und ExpertInnen im Anschluss an einige Filmvorführungen begrüßen zu können. Das komplette Rahmenprogramm des diesjährigen 21. Filmfest FrauenWelten sowie alle Informationen und regelmäßige News rund um das Festival finden Sie hier.



Einblicke, Hintergründe und weitere Informationen finden Sie zudem auf unseren Social Media Kanälen:



„Licht ins Ahrtal“ Sammelaktion in Bad Ems vom 2. bis 14. November

Hier möchte ich auf eine großartige Aktion aufmerksam machen: Frau Keuper vom Wellness "Dreiklang" verfasste diesen Text: Auch, wenn in den Medien kaum noch berichtet wird, ist in den Flutgebieten noch keineswegs wieder der Alltag eingeleitet. Die Betroffenen brauchen weiterhin Hilfe. Zurzeit gibt es unter anderem verschiedene Aktionen rund um Weihnachten. Eine davon ist „Licht ins Ahrtal“ von Bettina Maurer.

In Bad Ems sammeln wir für diese Aktion vom 02.11. bis zunächst 14.11.2021 im Dreiklang in der Römerstraße 76, Weihnachtsbaumschmuck und mehr. Die Annahme erfolgt jeweils von Dienstag bis Samstag (ab 10:00 Uhr möglichst bis 14:00 Uhr) Spätere Abgabetermine bitte telefonisch ankündigen: 02603/507136 (Anrufbeantworter)

Es sollen nach Möglichkeit Pakete mit folgendem Inhalt gepackt werden:

Baumschmuck/ Lichterkette (möglichst Batterie betrieben, denn es gibt noch nicht überall Strom!) / eine Mut-mach-Karte (oder eine persönliche Nachricht)

Gerne auch dazu: /ein kleines Geschenk (bitte nichts Verderbliches!) | Kerzen /Feuerzeug oder Streichhölzer




Bitte beschriften Sie die Pakete mit der Art und Farbe des Baumschmuckes (z.B. blau, Glas / Stroh und Holz / rot Gold Kunststoff etc.) und für wen das ggf. enthaltene Geschenk geeignet ist (z.B. Familie mit Baby, Familie mit Teenager, Senior oder Seniorin etc.)

Wer kein komplettes Paket packen kann oder möchte, darf auch gerne einen Teil dazu bei uns abgeben oder eine Spende.

Wir vervollständigen dann zu kompletten Paketen. Hierzu suchen wir auch gerne noch freiwillige Helfer!

Die Pakete werden am 04.12. nach Walporzheim und Dernau geschuttelt und von dort weiter verteilt. Hier werden dann von einer weiteren Aktion die Weihnachtsbäume dazu bereitgestellt. Wir möchten ein Zeichen der Hoffnung setzen und den Betroffenen zeigen, dass sie nicht vergessen oder alleine gelassen werden!

LandFrauen Rhein-Lahn sammeln Nikolaus Päckchen für Kinder und Jugendliche an der Ahr

 **LandFrauen** Ein weiteres Engagement in dieser Richtung:

Die LandFrauen Rhein-Lahn möchten Kindern und Jugendlichen an der Ahr eine Freude machen und in der schwierigen Zeit ein bisschen Hoffnung geben. Der Verein verzichtet in diesem Jahr auf die Mitgliederkalender und auf Weihnachtskarten. Dafür wird an die Kinder- und Jugendhilfe an der Ahr gespendet.

Auch die OKUJA (Offene Kinder- und Jugendarbeit in Trägerschaft der Stadtverwaltung Bad Neuenahr-Ahrweiler) ist stark betroffen von der Flutkatastrophe. Die Räumlichkeiten der OKUJA-Basis sind nicht nutzbar und überhaupt haben die Wassermassen die Region total auf den Kopf gestellt.

Die z. Zt. in einem Bauwagen betreuten Kinder und Jugendlichen haben einen Nikolaus-Wunschzettel ausgefüllt - diese Wünsche würden wir gerne erfüllen. Der Wert eines Geschenkes sollte zwischen 15 -20 € betragen. Die Päckchen sollten nur neue Sachen und keine verderblichen Lebensmittel enthalten, diese werden von den LandFrauen Rhein-Lahn dann vor Ort persönlich überreicht.

Wer ein Päckchen packen möchte erhält nähere Infos bei
Katrin Wittmers, Tel.: 06774-919303; katrin.wittmers@freenet.de oder
Elke Wolf, Tel.: 06439-6826; landfrauen-rhein-lahn-kreis@t-online.de



Dienstag, 09. November von 19 bis 20 Uhr: Online-Vortrag- Gemüse Fermentieren – Anleitung und gesundheitliche Vorteile



Alles rund ums

Fermentieren von Gemüse: Morgens Kaffee und Joghurt, mittags Sushi mit Sojasauce, abends eine Scheibe Sauerteigbrot mit Käse, dazu saure Gurken und ein Glas Wein und ein Stückchen Schokolade zum Abschluss. Wer hätte gedacht, dass uns den ganzen Tag über fermentierte

Produkte begleiten? Fermentation findet bei der Herstellung vieler Lebensmittel Verwendung. Diese uralte Methode Lebensmittel haltbar zu machen, braucht nicht nur wenig Energieeinsatz, sie hat auch einige ernährungsphysiologische Vorteile. Wie fermentierte Produkte ganz einfach zuhause hergestellt werden können, und was dabei beachtet werden sollte, wird ausführlich in diesem Webinar erklärt. Sie werden überrascht sein, was neben dem bekannten „Sauerkraut“ noch alles fermentiert werden kann. Referentin ist Melina Schützelhofer, B. Sc. oec. troph. (DLR Montabaur), die Teilnahme ist kostenlos. Handout und Rezepte werden per mail von LandFrauen zugeschickt. Anmeldungen bitte bis zum 04.11.2021 unter landfrauen-rhein-lahn-kreis@t-online.de



„Gestärkt durch die Pandemie – Kraftquellen für den Alltag“, Donnerstag, 11. November 2021, 19:30 Uhr.

Sehr gerne weise ich auf eine Online-Veranstaltung der Kolleginnen aus der Pfalz hin:



**GESTÄRKT DURCH
DIE PANDEMIE -
KRAFTQUELLEN
FÜR DEN ALLTAG**

Online-Vortrag für Frauen

11.11.2021 / 19.30 Uhr
Die Teilnahme ist kostenfrei -
Anmeldung erforderlich

Arbeitskreis für Frauen und Mädchen am Arbeits- und Ausbildungsmarkt

Viele Frauen fühlen sich „pandemiemüde“ diese Tage– erschöpft von Homeoffice, Homeschooling, Lockdown & Co. Die Batterien sind leer, die Energietankstellen fehlen. In einem interaktiven Online-Format mit viel Praxisnähe zeigt Nora Sommer, Personalentwicklerin und Diplom-Psychologin, eine Auswahl aus Alltagshilfen und Impulsen, um persönliche Kraftquellen zu entdecken und um wieder Zuversicht und Motivation zu finden.

Wir freuen uns auf Sie/Euch! **11. November / 19.30 - 21 Uhr via Zoom**

Anmeldung: Landau.BCA@arbeitsagentur.de



Mittwoch, 17. November, von 14 bis 16 Uhr in der Reihe BiZ & Donna digital: Auch bei der Arbeit: Gleiches Recht für alle!

Wer berufstätig ist, sollte die Rechte und Pflichten im Job kennen – und die sind grundsätzlich gleich für alle Beschäftigten. Allerdings ist das Arbeitsrecht ein vielschichtiges und komplexes Thema, das oft erklärt werden muss. Zentrale Fragen beantwortet Sonja Zerella, Fachanwältin für Arbeitsrecht, am Mittwoch, 17.

November, von 14 bis 16 Uhr in der Reihe BiZ & Donna digital. So gibt es Informationen zu (un)erlaubten Fragen im Vorstellungsgespräch, Auswirkungen des Teilzeit- und Befristungsgesetzes, rechtlichen Regeln für Midi- und Minijob und auch zur Rückkehr ins Erwerbsleben nach Eltern- oder Pflegezeit. Die Teilnahme ist kostenlos. Benötigt wird ein internetfähiges Endgerät (PC, Tablet oder Smartphone) mit Kamera und Mikrofon.

Anmeldung bis 15. November per Mail an montabaur.bca@arbeitsagentur.de. Die Zugangsdaten werden per Link verschickt.

PC- Kurs für Frauen: „Her mit den Cookies“ 6. Kursabend am 22.11.2021, 18:00 – 19:30 Uhr



Vier reguläre und ein Zusatztermin haben inzwischen unter regem Austausch der Teilnehmerinnen einen erfolgreichen Abschluss gefunden.

In diesem neuen Format werden die Grundlagen von PC, Tablet, Smartphone, Künstliche Intelligenz, etc. in lockerer weiblicher Runde besprochen. Immer wieder wurden das Seniorenbüro und die Gleichstellungsstelle des Rhein-Lahn-Kreises um einen solchen Kurs gebeten. Zusammen mit der Referentin Frau C. Simon, studierte Mathematikerin und Informatikerin und Teamleiterin einer großen Behörde können in 1,5-stündigen ZOOM Online Treffen alle Fragen zu PC, Tablet, Smartphone oder Informatik (IT) generell gestellt werden. Der Kurs ist kostenfrei. Anmeldungen über die Gleichstellungsbeauftragte Dorothee Milles-

Ostermann (Dorothee.Ostermann@rheinlahn.rlp.de) oder über das Seniorenbüro "Die Brücke" Uschi.Rustler@rhein-lahn.rlp.de.

Die letzte Veranstaltung der ersten Runde ist für 22.11.2021 um 18.00 Uhr geplant.

Themen der einzelnen Kursabende:

1. Die Videokonferenzsoftware Zoom

2. Grundlagen zu PC/Tablet/Smartphone (Speicherplatz, Graphikkarte, Betriebssystem, Programm, App, Unterschiede, Einsatzmöglichkeiten)
3. Zusatztermin: Tipps und Tricks für das Betriebssystem Windows und den Dateieexplorer
4. Wie funktioniert das Internet? Webseiten und ihr Aufbau. Was sind Cookies?
5. Das Internet aus technischer Sicht
6. KI: Einsatzmöglichkeiten für SMARTE Technik

Teilnehmerinnen, die bereits für den Komplettkurs angemeldet sind erhalten automatisch eine Einladung. Ansonsten sind noch einige wenige Anmeldungen möglich.



Neue Chancen und ReStart: Job- und Business-Coaching für Gründerinnen, Wiedereinsteigerinnen und Unternehmer*innen am 24.11.2021 digital zwischen 10.00 Uhr und 13.00 Uhr

Nutzen Sie unser Online-Job- und Business-Coaching für Gründerinnen, Wiedereinsteigerinnen und Unternehmer*innen am 24.11.2021! Veranstalter: Familie & Beruf e.V., Neue Kompetenz – Netzwerk Beruf in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten Frau Dorothee Milles-Ostermann

Kostenfrei und kompetent: Vertrauliche Einzelberatungen von 10 bis 13 Uhr für Ihren beruflichen Erfolg. Sie suchen neue berufliche Perspektiven nach der Familienphase? Sie träumen von einem eigenen kleinen Laden oder der Freiheit als selbständige Expertin? Dann sind Sie bei uns goldrichtig!

Aus Erfahrung wissen wir: keine Idee ist zu klein oder groß. Keine Frage zu banal. Das Erfolgsrezept liegt in der soliden Vorbereitung! Und genau dies ist unsere Kernkompetenz. Gehen Sie den ersten Schritt! Wir bieten Ihnen umfassende Berufsberatung, zielgerichtete Tools auf Ihrem Weg in die Selbstständigkeit, hilfreiche Infos und Best Practice-Tipps und individuelles Coaching für Ihre Karriere.

Ihre Chancen auf dem (Arbeits-) Markt stehen gut! Lassen Sie uns über Ihren beruflichen Erfolg sprechen: inspirierend und unbürokratisch. Die kostenfreien Einzelberatungen finden unter strengem Datenschutz online statt: am Mittwoch, 24.11.2021 zwischen 10.00 Uhr und 13.00 Uhr. Wir senden Ihnen nach Voranmeldung den Einwahl-Link zu, den Sie völlig unkompliziert anklicken können. Für einen reibungslosen Beratungsablauf bitten wir um Anmeldung Ihres Wunschtermins bei: Familie & Beruf e.V. Neue Kompetenz-Netzwerk Beruf Telefon: 0 26 81 / 98 61 29 E-Mail: buerou@neuekompetenz.de Weitere Informationen finden Sie unter www.neuekompetenz.de.

ReStart... an alle Freiberufler*innen, Soloselbstständige und Kleinstunternehmer*innen mit Sitz in Rheinland-Pfalz! Die Pandemie hat Ihnen wirtschaftlich zugesetzt? Sie haben maximal 9 Beschäftigte? Ihr Jahresumsatz liegt unter 2 Mio. Euro? Können Sie alle drei Fragen mit JA beantworten? Dann sollten Sie sich über unser Projekt informieren und eine unserer Online-Infoveranstaltungen buchen! Weitere Informationen finden Sie unter www.restart-rlp.de



„Ich hole mir mein Leben zurück“: Ein Seminar und ein Interview, Anmeldungen über das Frauenlandhaus in Charlottenberg. Dazu ein Interview mit Ingrid Dautel zu ihrem Seminar "Ich hole mir mein Leben zurück" vom 26. - 28. Nov. 2021 im Frauenlandhaus Charlottenberg. (Erschienen in Publik Forum Nummer 16) Alle Seminare im Frauenlandhaus Charlottenberg sind auch ohne Übernachtung buchbar, bitte Preise erfragen. www.frauenlandhaus.de

50 Leben & Kultur

VORGESPRÄCH

»Ich hole mir mein Leben zurück«

Was ist eigentlich Biografiearbeit? Und was erlebt man bei solchen Seminaren? Fragen an Ingrid J. Dautel

Publik-Forum: Frau Dautel, Sie bieten im Herbst zwei Seminare zu »Biografiearbeit und Lebenspanorama« an. Was passiert da?

Ingrid J. Dautel: Biografiearbeit ist eine strukturierte Form, das eigene Leben mit seinen Höhen und Tiefen, Wendepunkten und Glückserfahrungen zu reflektieren. Das geschieht aber weniger über den Kopf als körperlich und mithilfe von Symbolen.

Wie kann man sich das konkret vorstellen?

Dautel: Eine Möglichkeit ist es, das eigene Lebenspanorama mit einem Seil darzustellen, das die Teilnehmenden je nach den schönen oder schweren Phasen ihrer Biografie wellenförmig auf den Boden legen. Für prägende Lebensereignisse können sie jeweils eine kleine Kerze neben dem Seil aufstellen und für schlimme Erfahrungen einen Knoten hineinmachen. Dann gehen sie langsam das Seil entlang und spüren den Ereignissen ihres Lebens nach. Man kann sein Leben auch malen oder ein Schatzkästchen mit den Erfahrungen füllen.



Lebenslust: Biografiearbeit bringt Menschen in Kontakt mit ihren ursprünglichen Energien

ist sie fast jeden Abend unterwegs, geht auf Seminare, Reisen, Feste ...

Für welche Altersgruppe sind die Kurse gedacht?

Dautel: Zunächst waren es vor allem die Kriegskinder, die sich hier mit ihrer Geschichte befassen, aber die werden natürlich weniger. Jetzt kommen eher die Nachkriegskinder und auch die Vierzig- oder Fünfzigjährigen, die irgendwie unzufrieden mit ihrem Leben sind oder in der Midlife-Crisis neue Wege für sich suchen.

Wie wirkt sich diese Biografiearbeit auf die Teilnehmenden aus?

Dautel: Meist schauen sie danach mit einem positiveren Blick auf ihr Leben, denn in der Regel begegnen sie hier auch ihren Ressourcen: Oft sind sie überrascht, wie sehr sie immer wieder im Leben durch ganz bestimmte Orte gestärkt wurden, etwa durch Gärten, Kirchen, Flüsse, aber auch durch bestimmte Menschen oder Tiere. Auf den Lebenslinien geht die Stimmungskurve meist nach oben. »Wie wäre alles geworden, wenn ich einen anderen Beruf gewählt, wenn ich doch den anderen geheiratet hätte?« Bei solchen Fantasiereisen stellt sich häufig heraus, dass ihr Weg damit kaum besser verlaufen wäre – und sie kehren getröstet zu ihrem gelebten Leben zurück. Interview: Eva-Maria Lerch

»Ich hole mir mein Leben zurück« heißt der Titel dieser Seminare. Aber geht das wirklich – eine verlorene Kindheit, ein verlorenes Leben zurückzuholen?

Dautel: Der Satz stammt nicht von mir, sondern von einer achtzigjährigen Teilnehmerin. Sie war ein Kriegskind und hatte in ihrer Kindheit und Jugend nicht spielen, nicht tanzen, nicht wirklich leben können. In der Biografiearbeit hat sie beschlossen, das nachzuholen, ihrem jugendlichen Lebensgefühl endlich Raum zu geben. Jetzt

► »Ich hole mir mein Leben zurück – Biografiearbeit und Lebenspanorama«. 8. bis 10.10. im Ev. Bildungszentrum Hospitalhof Stuttgart (www.hospitalhof.de) oder 26. bis 28.11. im Frauenlandhaus Charlottenberg (www.frauenlandhaus.de)

Wissenswertes

Neues von Solwodi... Podcast-Reihe „Your mess will become your message – Speak louder“ (Deutsch: Dein Chaos wird zu Deiner Botschaft - Sprich lauter!).

Gewalt gegen Frauen: Sprachlosen eine Stimme geben! Welche Auswirkungen hat geschlechtsspezifische Gewalt auf das Leben einer Frau? Damit beschäftigt sich die erste Frage dieser Podcast-Reihe. Die Beiträge sind auf Arabisch, Farsi, Somali und Englisch auf Soundcloud¹ und Spotify² verfügbar. Welche Auswirkungen geschlechtsspezifische Gewalt auf das eigene Leben hat, das können Betroffene am besten anhand ihrer eigenen Biografie schildern. Der erste Teil des Podcasts gibt daher Frauen eine Stimme, damit sie andere Betroffene erreichen und auch über Unterstützungsmöglichkeiten, die sie von der Politik vermissen, sprechen können. Sie erfahren zudem, was diesen Frauen geholfen hat. Die Links zu den Podcasts erhalten Sie auf der SOLWODI-Homepage.

30 Jahre Frauenministerium in Rheinland-Pfalz: Frauenministerin Katharina Binz: „Viel wurde erreicht, aber viel ist noch zu tun“

Pressemitteilung: Das rheinland-pfälzische Frauenministerium feiert in diesem Jahr sein 30-jähriges Bestehen. 1991 wurde das Ministerium für die Gleichstellung von Frau und Mann gegründet. Aus diesem Anlass hat Frauenministerin Katharina Binz zu einer Festveranstaltung in den rheinland-pfälzischen Landtag eingeladen. Mehr als 100 Gleichstellungsbeauftragte, Vertreterinnen von Frauenorganisationen, Beratungsstellen, Notrufen und Frauenhäusern nahmen daran teil. In ihrem Grußwort betonte die Ministerin die frauenpolitischen Fortschritte, die in den letzten 30 Jahren erreicht wurden: Wichtige Institutionen, wie der Landesfrauenrat und die Landesarbeitsgemeinschaft der Frauennotrufe, wurden in dieser Zeit gegründet. 1995 trat das Landesgleichstellungsgesetz in Kraft. Beratungs- und Hilfeangebote für von Gewalt betroffene Frauen sowie für den beruflichen Wiedereinstieg von Frauen nach einer Familienphase sind geschaffen worden. Richtungsweisende Projekte, wie das erfolgreiche Interventionsprojekt gegen Gewalt in engen sozialen Beziehungen RIGG und eine Antisexismuskampagne, wurden ins Leben gerufen. In einer Talkrunde, die die SWR-Moderatorin Patricia Küll moderierte, stellten Vertreterinnen Projekte und Meilensteine der rheinland-pfälzischen Frauen- und Gleichstellungspolitik vor. „Wir haben in Rheinland-Pfalz in dieser Zeit eine gut vernetzte, frauenpolitische Infrastruktur aufgebaut“, machte Frauenministerin Binz deutlich. „Dadurch konnten wir wichtige Fortschritte bei der Geschlechtergleichstellung erreichen und eine erfolgreiche Frauenpolitik auf den Weg bringen. Viel wurde erreicht, aber viel ist noch zu tun.“

Denn trotz der rechtlichen und politischen Fortschritte ist das Ausmaß der Gewalt gegen Frauen groß. Frauenministerin Binz sieht hier besonderen Handlungsbedarf. „Daher hat Rheinland-Pfalz als eines der ersten Länder eine eigene Koordinierungsstelle zur Umsetzung der Istanbul-Konvention zur Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen eingerichtet. Die Istanbul-Konvention adressiert jegliche Form von Gewalt gegen Frauen. Besonders drastisch zeigt sich die Gewalt gegen Frauen jedoch darin, dass statistisch gesehen jeden dritten Tag eine Frau von ihrem Partner oder Ex-Partner getötet wird. Oftmals wird vor Gericht, aber auch in der medialen Berichterstattung, von Taten aus Leidenschaft gesprochen, doch das ist falsch – bei den Motiven geht es meist um Macht und einen vermeintlichen Besitzanspruch gegenüber der Frau. Das muss benannt werden, denn nur wenn die Motive für Gewalt gegen Frauen deutlich werden, können wir dieses traurige gesellschaftliche Phänomen überwinden.“

Die heutige Ministerpräsidentin Malu Dreyer war die vierte Frauenministerin des Landes. Auch sie freut sich darüber, wie viel in den vergangenen drei Jahrzehnten für Frauen erreicht werden konnte, doch bis die tatsächliche Gleichstellung von Frauen und Männern erreicht sei, gebe es dennoch viel zu tun. „Frauen müssen in allen Bereichen unseres gesellschaftlichen Lebens in gleicher Weise teilhaben

und mitbestimmen können wie Männer, dazu verpflichtet uns die Verfassung unseres Landes. Doch solange Frauen nicht die gleichen beruflichen Chancen haben, ungerecht bezahlt werden und alleinerziehende Frauen das höchste Armutsrisiko tragen, sind wir davon noch weit entfernt“, so die Ministerpräsidentin.

AUSBLICK:

Die nächste Inselpost wird kommt rasch!

Mit der Hoffnung, dass Ihnen auch dieser Newsletter zusagt, verabschiede ich mich für heute und wünsche Ihnen eine schöne Zeit! Wenn Sie diese Informationen durch den Newsletter nicht wünschen, senden Sie einfach eine kurze Mail. Sie werden dann aus dem Verteiler

genommen. Weder aus dem Namen noch aus dem Aussehen lässt sich die Geschlechtsidentität verlässlich ableiten. Ich möchte Sie respektvoll ansprechen. Teilen Sie mir gerne mit, wenn Sie eine andere Ansprache wünschen. Ansonsten freue ich mich, wenn Sie hier etwas Spannendes gefunden haben, die Informationen weitergeben und wenn Sie mir Ihre Veranstaltungen zur Veröffentlichung zusenden. Herzliche und gut gelaunte Grüße von der Insel Silberau!



Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag:

A handwritten signature in black ink that reads "Dorothee Milles-Ostermann". The signature is written in a cursive style with a long horizontal flourish at the end.

Dorothee Milles-Ostermann

<https://www.rhein-lahn-kreis.de/buergerservice-uebersichten/leistungen/RLP:entry:257465/chancengleichheit-und-gleichstellung-der-frau/>



Kreisverwaltung des Rhein-Lahn-Kreises

Gleichstellungsbeauftragte

Insel Silberau 1, 56129 Bad Ems

Tel: 02603 972-285

Fax: 02603 972-6285

E-Mail: Dorothee.Ostermann@rhein-lahn.rlp.de

Web: www.rhein-lahn-kreis.de
