



MÜNSTER  
WISSENSCHAFT  
UND LEBENSART

STADT



MÜNSTER

Frauenbüro

## Veranstaltungskalender 2018

**INTERNATIONALER  
FRAUENTAG MÜNSTER**

**Sie wollen Veränderung?  
Runter vom Sofa!**

[schulze-werner.de](http://schulze-werner.de) | [training@schulze-werner.de](mailto:training@schulze-werner.de) | 02501-44140 21

Heike Schulze-Werner  
Entwicklung von Persönlichkeit | Teamgeist | Unternehmenskultur

## Impressum

Herausgeberin:

Stadt Münster - Frauenbüro  
in Kooperation mit  
Frauenorganisationen in Münster

Design, Redaktion,  
Anzeigenschaltung:

Anja Räther, Frauenbüro

Foto Titelblatt:

Birgit Buck

Druck:

Burlage, Münster  
Januar 2018, 4.000

### Hinweise zur Broschüre:

Alle Angaben zu den Veranstaltungen sind ohne Gewähr und liegen in der Verantwortung der Veranstalter/innen!

Nicht benannte Fotos in der Broschüre sind von den Veranstalter/innen.  
Sofern kein Eintrittspreis angegeben ist, ist der Eintritt frei!



Zugang barrierefrei!



FM-Anlage

## Vorwort

Sie setzen politische Statements. Sie folgen den Spuren besonderer Frauen. Sie können Kunst und Kabarett. Sie wissen Genuss zu schätzen. Münsters Frauen nutzen den März 2018 für klare Botschaften. Vielfältig ist dabei der Blick und sehr verschieden gestalten sich die Wege.



Die unheilige Allianz von Sexismus und Rassismus steht im Mittelpunkt einer Fachveranstaltung, mit der das Kommunale Integrationszentrum, der Frauen-Notruf Münster e. V. und das Frauenbüro die Machtverhältnisse in unserer Gesellschaft kritisch beleuchten. Gut ergänzt sich dazu das selbstbewusste Angebot des Afaq e. V., das erfolgreiche Migrantinnen als inspirierende Frauen vorstellt. Und auch die Power-Nana des Arbeitskreis gegen Gewalt an Frauen und Mädchen mischt in diesem Jahr wieder mit, wenn es darum geht, Stärke zu zeigen.

„Nicht Mutter“ heißt der Film, mit dem die Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen in Münster das Thema Schwangerschaftsabbruch zur Diskussion stellen. Unter dem Titel ‚Grau statt Rosa und Himmelblau‘ geht pro familia dem Tabu nach, dass die Geburt eines Kindes nicht immer der glücklichste Moment im Leben einer Frau sein muss.

Überhaupt Glück: Finden Frauen es beim Shoppen oder werden sie glücklich durch Malen? - Münsters März bietet die Möglichkeit, das herauszufinden. Das Frauenbüro freut sich am 6. März beim Konzert „pur & prächtig“ auf die niederländische Sängerin Renee van Bavel und ein intensives Konzerterlebnis mit einer starken Stimme. Musikalisch wird es auch beim AWO-Treff, wenn Münsters ‚höchste‘ Frau, Türmerin Martje Saljé ihre Hommage an Edith Piaf vorträgt.

Unser März endet in diesem Jahr im September: Zum 52. Historikerinnen- und Historikertag laden der Verein „Gegen Vergessen - Für Demokratie e.V.“, die Villa ten Hompel und der ADFC ein zur Radtour „Gespaltene Gesellschaften?!" zu spannenden Orten der Zeit- und Emanzipationsgeschichte Münsters.

Noch mehr Politik, noch mehr Rat und Hilfe, noch mehr Frauengeschichte(n) und viel Spaß und Entspannung werden angeboten und hoffentlich wieder von vielen begeisterten und wissbegierigen Frauen geteilt. Wir wünschen allen Veranstalterinnen und allen Teilnehmer/innen inspirierende Erfahrungen!

Für das Team des Frauenbüros

  
Martina Arndts-Haupt

# **Lustwandel - wie die Lust sich wandeln kann**

## Vortrag

Wünsche, Vorstellungen und Bedürfnisse im Beziehungsleben können sich verändern. Solche Veränderungen ergeben sich zum Beispiel nach der Geburt eines Kindes, in einer längerfristigen Beziehung, in den Wechseljahren .... der Wandel ist immer persönlich und kann als bereichernd oder belastend erlebt werden. Bei diesem Themenabend werden Eindrücke, Geschichten, Beispiele und Lösungen zu unterschiedlichen Beziehungsphasen thematisiert.

**Mittwoch, 28. Februar 2018, 20:00 - 22:15 Uhr**

Anna-Krückmann-Haus, Friedensstr. 5, 48145 Münster



7,50 €

Anmeldung: Anna-Krückmann-Haus, Kursnr. 32258,  
[www.anna-kruueckmann-haus.de](http://www.anna-kruueckmann-haus.de)

Veranstalter/in: pro familia Münster in Kooperation  
mit dem Anna-Krückmann-Haus  
Infos: Barbara Wittel-Fischer, Tel. 0251 45858,  
[barbara.wittel-fischer@profamilia.de](mailto:barbara.wittel-fischer@profamilia.de)

**pro familia**  
Beratungsstelle Münster



„Gran tangi gi Mama Aisa (In gratitude to mother Earth)“,  
Sri Irodikromo, © Weltgebetstag der Frauen  
– Deutsches Komitee e.V.

## **Weltgebetstag 2018 aus Surinam**

Gottes Schöpfung ist sehr gut!

Der Weltgebetstag ist eine weltweite Basisbewegung christlicher Frauen. Immer am ersten Freitag im März feiern Menschen in mehr als 170 Ländern der Erde den Weltgebetstag. Der Gottesdienst wird jedes Jahr von Frauen aus einem anderen Land vorbereitet. Die Gottesdienstordnung für 2018 wurde von Frauen aus Surinam verfasst.

**Freitag, 2. März 2018**

Kirchen/Gemeindezentren in Münster  
(Uhrzeit bitte vor Ort erfragen)

Veranstalter/in: Kirchengemeinden  
in Münster

Infos: [www.kfd-muenster.de/projekte/  
weltgebetstag](http://www.kfd-muenster.de/projekte/weltgebetstag)

# **Frühstück für Freundinnen und Freunde**

Frühstück mit musikalischer Begleitung und Tombola

Der SI-Club Münster-Mauritz lädt herzlich zum Frühstück ein. Genießen Sie mit uns gemeinsam einen kulinarischen und gemütlichen Vormittag. Wir berichten dabei über die aktuellen Entwicklungen unserer Projekte und von den Erfolgen, die wir vielleicht auch dank Ihrer Spenden erzielen konnten. Wir freuen uns auf Sie - unsere Freundinnen & Freunde! Mit dem Erlös und den Spenden wird Pro filia e. V., das Frauenhaus Telgte und HelpAge Deutschland e. V. unterstützt.

**Samstag, 3. März 2018, 9:30 Uhr**

Café Milagro, Frauenstraße 3 - 6, 48143 Münster



15 €

Kartenreservierung: Stefanie Albrecht und Judith Blomberg;  
albrecht-muenster@t-online.de, judith.blomberg@web.de

Veranstalter/in: Soroptimist International Club Münster-Mauritz

Infos: Judith Blomberg, judith.blomberg@web.de



## **Dorothee Tietz**

*Heilpraktikerin*

Akupunktur  
Chinesische Medizin  
Shiatsu

Diepenbrockstr. 32  
48145 Münster  
Tel. +49 251 132553



[www.dorothee-tietz.agtcm-therapeut.de](http://www.dorothee-tietz.agtcm-therapeut.de)

## **Herausforderung und tiefes Glück**

**Leben mit hochsensiblen Kindern**



**hoch  
sensibel**

ein Temperament  
zwischen Wahrnehmungsbegabung  
und Reizüberflutung

**Familien-Coaching • Eltern-Workshops**

Tanja Gellermann; Sensitiv Coach, HP Psychotherapie  
Hafenstraße 64 • 48153 Münster • 0251 6743661

Infos und stets aktuelle Seminartermine:  
[www.mitbiss.com/hochsensibel](http://www.mitbiss.com/hochsensibel)

# **Unser Thema zum Internationalen Frauentag: 100 Jahre Frauenwahlrecht - Rückblick und Vorausschau**

Vortrag und Diskussion

Input zum Thema: 100 Jahre Frauenwahlrecht - Rückblick und wie geht es weiter?

Veranstaltung der ver.di-Frauen Münsterland mit Input, Talk mit Maike Finnern, stellv. Landesvorsitzende von der GEW NRW, Anne Sandner vom DGB und den ver.di-Frauen, Musik mit dem Gesangsduo Cuppatea und Häppchen

**Sonntag, 4. März 2018, 10:30 - 14:00 Uhr**

Alter Gerichtssaal im Heereman's Hof, Königsstr. 47,  
48143 Münster

Anmeldung: Jutta Schultz, ver.di-Bezirk Münsterland,  
Tel. 0251 9330055, [jutta.schultz@verdi.de](mailto:jutta.schultz@verdi.de)

Veranstalter/in: ver.di-Bezirksfrauenrat Münsterland  
Infos: Jutta Schultz, Tel. 0251 9330055



## **Erfolgreiche Migrantinnen als inspirierende Frauen**

Vortrag und Diskussion

Im Fokus der Veranstaltung stehen erfolgreiche Frauen mit Migrationsvorgeschichte, die nun in hohen Positionen tätig sind (Medien, Universität, Politik, u.a.).

Wir laden drei Damen ein, die über ihre Erfahrungen und ihren Werdegang, sowie damit verbundene Schwierigkeiten berichten, um den Neuankömmlingen Mut für ihren eigenen Weg zu machen und ihnen Hoffnung zu schenken. Im Anschluss an den Vortrag gibt es eine offene Diskussion mit Moderation. In den Pausen wird Musik gespielt. Zum Ausklang steht ein Buffet mit orientalischen Spezialitäten bereit.

**Montag, 5. März 2018, 17:00 Uhr**

Bürgerhaus Bennohaus, Bennstraße 5,  
48155 Münster



Veranstalter/in: AFAQ e.V. - Verein für kulturelle und gesellschaftliche Zusammenarbeit  
Infos: Noura Brauckmann, Tel. 0251 39475827,  
[info@afaq-verein.de](mailto:info@afaq-verein.de)



# **Warum Männer schwere Fernseher tragen können, aber früher sterben als Frauen und andere lebenswichtige Fragen der Menschheit**

Musikkabarett von und mit Julia Hagemann

Julia Hagemann stellt uns eine mitreißende Kostprobe, ein Potpourri aus ihrem Musikprogramm vor: „Die Welt verständlich gemacht in 100 Minuten“, „Heinz Herbert bring den Müll raus“ und „Warum Männer schwere Fernseher tragen können, aber früher sterben als Frauen und andere lebenswichtige Fragen der Menschheit“.

Sie hat einen Hang zum beißenden genüsslich zelebrierten Humor. An diesem Abend verpackt sie allzu Menschliches in tiefesinnige Weisheiten, schwarz humoriges, intelligentes Klavierkabarett in makellosen Reimen und Songs fernab vom Mainstream.

**Dienstag, 6. März 2018, 19:00 Uhr**  
Achatiushaus Wolbeck, Münsterstraße 24,  
48167 Münster



15 Euro

Kartenvorverkauf:

- AWO Treff, Neustraße 2, 48167 Münster
- Schreibwaren Bresler, Neustraße 3, 48167 Münster
- Papier und Buch Zumegen, Münsterstr. 26c, 48167 Münster
- Marlene Benter-Camen, Tel. 02506 1070, [awo-themenkreis@web.de](mailto:awo-themenkreis@web.de)

**Veranstalter/in:**  
Arbeiterwohlfahrt -  
Ortsverein Wolbeck -  
Themenkreis  
**Infos:** Marlene Lauhoff,  
Tel. 02506 302982,  
[lauhoffm@web.de](mailto:lauhoffm@web.de)





# ***pur & prächtig*** ~ *Renee van Bavel ~* **Konzert zum Internationalen Frauentag 2018**

Die Sängerin und Pianistin Renee van Bavel kommt aus den Niederlanden und lebt in Deutschland. Sie hat den Außen- und Innenblick auf unser Land und unsere in Münster so nahen Nachbarn und richtet ihn auf alltägliche Begebenheiten: Die Begegnung mit dem syrischen Flüchtlings, der im Deutschkurs neben ihr sitzt, auf die Fietsen in Amsterdam oder auf eine unbeholfene Verliebtheit. Klar und mit starker Stimme, romantisch, aber unsentimental und mit bestechender Offenheit besingt Renee van Bavel Herzenssachen und Alltagsmomente, begleitet von Rogier De Nijs am Schlagzeug.

„Pur und prächtig“ findet Herman van Veen Renee van Bavels Kunst.  
Dem schließen wir uns an!

**Dienstag, 6. März, 19.30 Uhr**  
Rathausfestsaal, Eingang Stadtweinhaus  
Prinzipalmarkt 8 - 9, Münster

Eintritt 15 €/ermäßigt 12 €  
Kartenverkauf: Stadt Münster, Frauenbüro  
Stadthaus 1, Clemensstr. 10, 48143 Münster  
1. Etage, Zimmer 143  
Tel. 02 51/4 92-17 01,  
[frauenbuero@stadt-muenster.de](mailto:frauenbuero@stadt-muenster.de)  
Kartenverkaufszeiten: Mo - Do 9 - 12 Uhr  
und 14 -16 Uhr sowie Fr 9 - 12 Uhr

*Veranstalter/in: Frauenbüro der Stadt Münster  
Infos: Tel. 02 51/4 92-17 01*



Foto: Birgit Buck

# **Sicher im Netz - mit PC, Smartphone und Tablet**

## Vortrag

Was kann ich für meine Sicherheit im Umgang mit dem PC, dem Smartphone und/oder Tablet tun? Worauf kann ich achten? Was ist bei Passwörtern zu beachten? Diese und andere Fragen rund um die Sicherheit werden in diesem Vortrag das Thema sein...

**Dienstag, 6. März 2018, 18:00 - 19:30 Uhr**

Frauen und neue Medien e.V., Sauerländer Weg 2a,  
48145 Münster

10 €

Anmeldung: Frauen und neue Medien e. V., Kurs-Nr. 901,  
Tel. 0251 7636248, [www.pcfrauen.de](http://www.pcfrauen.de)



Veranstalter/in: Frauen und neue Medien e. V.

Infos: Nathalie Türich, Tel. 0251 7636248 oder [info@pcfrauen.de](mailto:info@pcfrauen.de)

Maria Klein-Schmeink, MdB, und Josefine Paul, MdL, feiern

# **100 JAHRE FRAUENWAHLRECHT**

mit Rosen für Frauen\* - eine Verteilaktion der GRÜNEN Münster/GAL



Bundestagsabgeordnete Maria Klein-Schmeink und Landtagsabgeordnete Josefine Paul und der Kreisverband der GRÜNEN Münster verschenken Rosen an Frauen\*, um 100 Jahre aktives und passives Wahlrecht für Frauen in Deutschland zu feiern. Dennoch sind Frauen\* auch 2018 nicht in allen Bereichen gleichgestellt, wie ungleicher Lohn und ungleiche Verteilung von Macht und Teilhabe zeigen. Maria Klein-Schmeink und Josefine Paul bringen den Frauen\* Anerkennung und Wertschätzung entgegen und freuen sich auf interessante Gespräche am Rande des Wochenmarktes mit Ihnen allen!

**Mittwoch, 7. März 2018, 12:00 - 14:00 Uhr**

vor dem Wochenmarkt auf dem Domplatz



Veranstalter/in: Kreisverband Münster Bündnis 90/Die GRÜNEN/GAL

Infos: Raphaela Blümer, Tel. 0251 8995881, [raphaela.bluemer@landtag.nrw.de](mailto:raphaela.bluemer@landtag.nrw.de)

# Naturheilpraxis Anne Drews

## Ganzheitliche Frauengesundheit



### Ganzheitliche Frauengesundheit

Naturheilkundliche Behandlung, Hormonuntersuchung, Beratung und natürliche hormonelle Unterstützung bei frauenspezifischen Beschwerden, bei Kinderwunsch, in den Wechseljahren und nach der Menopause.

Behandlung und Begleitung bei Stimmungsschwankungen, depressiven Verstimmungen, Ängsten, Erschöpfungszuständen und bei Schlafstörungen.

Ganzheitliche Behandlung bei Schilddrüsenbeschwerden, Übergewicht, Bluthochdruck, Verdauungsbeschwerden und Reizdarmsyndrom.

### Behandlungsspektrum

Laboruntersuchung der Hormone, Stresshormone und der Gehirnbotenstoffe (Neurostressdiagnostik). Stuhldiagnostik.

Sanfte Hormonunterstützung, Pflanzenheilkunde, Homöopathie. Natürliche Unterstützung der Gehirnbotenstoffe und der Stresshormone. Individuelle Ernährungsberatung. Begleitende Gespräche.

Naturheilpraxis Heilpraktikerin Anne Drews  
Brüggsteige 4 · 48161 Münster-Nienberge · Tel.: 02533/3541  
[annedrews@email.de](mailto:annedrews@email.de) · [www.annedrews.de](http://www.annedrews.de)  
Termine nach vorheriger Vereinbarung



Aquarell von Esther Gaasterbeek, CH

# **Auskommen mit dem Einkommen im Alter**

Informationstag - Vorträge - offene Sprechstunde

Die Angebote richten sich zum einen an Frauen, die ihre Altersvorsorge planen, und zum anderen an Rentnerinnen, die ihre Haushaltsfinanzen optimieren möchten.

offene Sprechstunden 10 bis 16 Uhr

„Mein Recht auf Grundsicherung“ (auf Wunsch Terminabsprache möglich)

„Budgetplanung mit Alterseinkünften“ (auf Wunsch Terminabsprache möglich)

„Rentenberatung“

Vorträge, Dauer jeweils 60 Minuten (Voranmeldung erwünscht)

11:00 Uhr „Welche Versicherungen brauche ich als Rentnerin?“

14:30 Uhr „Private Vorsorge für Frauen“

16:30 Uhr „Die Frau in der gesetzlichen Rentenversicherung“

**Donnerstag, 8. März 2018, ab 10:00 Uhr**

letzte Veranstaltung 16:30 Uhr

Verbraucherzentrale Münster, Aegidiustr. 46, 48143 Münster



Anmeldung: Verbraucherzentrale Münster,

Tel. 0251 20865301,

muenster@verbraucherzentrale.nrw

Veranstalter/in: Verbraucherzentrale Münster

Infos: Tel. 0251 20865301

**verbraucherzentrale**  
*Nordrhein-Westfalen*

## **Informationsstand zum Internationalen Frauentag**

Anlässlich des Internationalen Frauentages richtet der Frauen-Notruf Münster einen Informationsstand im Foyer der Stadtbücherei aus. Die Mitarbeiterinnen informieren über das Beratungsangebot und die weitere Arbeit des Vereins. Daneben wird eine Umfrage zu Hintergründen von sexualisierter Gewalt durchgeführt.

**Donnerstag, 8. März, 11:00 - 13:00 Uhr**

Foyer der Stadtbücherei, Alter Steinweg 11,

48143 Münster



Veranstalter/in: Frauen-Notruf Münster e.V.

Infos: Gerlinde Gröger, Tel. 0251 344443,

info@frauennotruf-muenster.de

**FRAUEN-NOTRUF**

**0251 344443**



Beratung für Frauen und Mädchen  
bei sexualisierter Gewalt

# **Münsters Frauen trauen sich! Gestaltung der Münsteraner Power-Nana - Teil II**

Mitmachaktion

Wir schreiben das Jahr 2018 und immer noch ...

- werden täglich unzählige Frauen weltweit vergewaltigt, geschlagen, gefoltert, verfolgt, gedemütigt, ausgebeutet, unterdrückt und getötet!
- wird die größte Bedrohung für die Gesundheit und das Leben von Frauen weltweit verursacht von Gewalt durch Männer, meist durch den Partner.



„Häusliche Gewalt zerstört menschliches Leben und Zusammenleben weltweit. Sie tötet mehr Frauen als Kriege und Bürgerkriege. Sie trifft vor allem Frauen und Kinder jeder Nationalität, Kultur, Einkommensschicht und Ethnie.“  
(Cornelia Füllkrug-Weitzel)

Wir wollen für Münster ein Zeichen setzen: Frauen sind stark, klug, kreativ, intelligent, schön, lebendig, mutig, solidarisch ... Wir sind allgegenwärtig und wir sind Kämpferinnen für die Rechte und Freiheit aller Frauen weltweit!

**Donnerstag, 8. März 2018, 12:00 - 15:00 Uhr**  
Klemensstraße, vor dem Stadthaus 1, 48143 Münster



Veranstalter/in: Arbeitskreis gegen Gewalt an  
Frauen und Mädchen  
Infos: Ines Gutschmidt,  
[beratungsstelle@frauenhaus-und-beratung.de](mailto:beratungsstelle@frauenhaus-und-beratung.de)



## **Dichterinnen**

Vortrag von Ingrid Brock-Gerhardt

Nach dem Vortrag: Amüsante Mann-Frau-Impressionen. Schmackhaft serviert von der Kabarettistin, Autorin und Sängerin Gabi Sutter

**Donnerstag, 8. März 2018, 15:00 Uhr/Kaffee, ab 15:30 Uhr Vorträge**  
Gaststätte An de Steenpaorte, Am Steintor 6, 48167 Münster

6 €, mit Kaffeegedeck 9 €



Veranstalter/in: Offener Kulturreis Wolbeck  
Infos: Ingrid Brock-Gerhardt, Tel. 02506 2568



## *Spezialistin im Familienrecht*

**Stefanie Schmidt-Nowak**

**Rechtsanwältin &  
Mediatorin BAFM**



Marktallee 73 b  
48165 Münster  
E-Mail Rain@Schmidt-Nowak.de  
www.schmidt-nowak.de

Tel. 02501 70639  
Telefonsprechstunde  
täglich von 12:00 - 13:00 Uhr  
Fax 02501 5999797

## ***Frauengeschichte(n) aus dem Stadtmuseum Münster***

Führung im Stadtmuseum Münster

Begeben Sie sich mit Claudia Holze-Thier auf die Spuren berühmter und weniger berühmter Frauen in Münster. In einem Rundgang durch das Stadtmuseum wird der Frage nachgegangen, was diese Frauen so besonders macht, dass ihnen ein Platz im Museum eingeräumt wurde und sie damit ins öffentliche Gedächtnis der Stadt gelangten. Lernen Sie Künstlerinnen, Täuferinnen, fromme Stifterinnen und andere Frauen kennen, die unvergesslich bleiben werden.



Foto: Claudia Holze-Thier

**Donnerstag, 8. März 2018, 16:00 - 17:30 Uhr**

Stadtmuseum Münster, Salzstraße 28, 48143 Münster



7 €

Anmeldung: VHS-Infotreff, Tel. 0251 492-4322 oder unter  
[www.vhs.muenster.de](http://www.vhs.muenster.de), Kursnr. 142025

Veranstalter/in: Volkshochschule Münster,  
Fachbereich Gesellschaft & Kultur

Infos: Dr. Susanne Eichler, Tel. 0251 492-4311, [Eichler@stadt-muenster.de](mailto:Eichler@stadt-muenster.de)



Volkshochschule  
Münster



## Die göttliche Ordnung

Filmvorführung mit anschließendem politischem Sektempfang und Diskussion

Josefine Paul, MdL, und Bündnis 90/Die Grünen-GAL Münster laden zur Filmvorführung „Die göttliche Ordnung“ ins Cinema ein. Im Anschluss stoßen wir gemeinsam im Neben\*an auf die Errungenschaften der Frauenbewegung an.

Regisseurin Petra Volpe erklärte zu ihrem Film: „Ich wollte eine Geschichte erzählen, die sichtbar macht, wie unfrei die Frauen damals waren und wie groß die Widerstände auch 1971 noch waren, als die Frauen nach gleichen politischen Rechten verlangten.“ Dabei lenkt sie den Blick

der Zuschauer\*innen nicht auf die großen Heldinnen der Frauenbewegung, sondern auf „ganz normale“ Frauen 1971 in der Schweiz. Eine warmherzige Komödie, die chauvinistische Vorurteile entlarvt und einen Blick auf echte Frauen-Solidarität im Kampf für das Frauenwahlrecht in der Schweiz erhaschen lässt. Dabei zeigt sich einmal mehr „Zusammen sind wir stark“, denn von den politischen Ambitionen der Hauptfigur Nora lassen sich bald auch die anderen Frauen anstecken und kämpfen schon bald nicht nur für ihre gesellschaftliche Gleichberechtigung, sondern auch gegen eine verstaubte Sexualmoral.

Die hinter dem Frauenwahlrecht liegenden Machtfragen sind in Deutschland auch 100 Jahre nach Einführung des aktiven und passiven Wahlrechts brandaktuell. Wer entscheidet über was und wen? Wer genießt welche Privilegien und warum? Wie und wen suchen sich aktive Frauen als Verbündete? Bei anschließendem politischem Sektempfang horchen wir dem Kampf der Frauen in Deutschland für eine echte Gleichstellung „damals“ wie „heute“ nach. Wir freuen uns auf eine anregende, emanzipierte und spannende Diskussion mit Ihnen und Euch!

**Donnerstag, 8. März 2018, 18:00 Uhr Filmbeginn**

im Anschluss daran die Diskussion

Cinema & Kurbelkiste und neben\*an, Warendorfer Str. 45 - 47, 48145 Münster

5 € Solidarbeitrag



Anmeldung nicht zwingend, aber gerne bei Grüne Münster  
Tel. 0251 8995820 oder kv@gruene-muenster.de

Veranstalter/in: Kreisverband der GRÜNEN Münster/GAL und MdL Josefine Paul

Infos: Raphaela Blümer, Tel. 0251 8995881,  
raphaela.bluemer@landtag.nrw.de



## **Klamottenkult**

Frauen- und Mädelsflohmarkt - Evening Edition /Party

Was macht Frauen glücklich? Shopping! Im Rahmen des Internationalen Frauentages 2018 veranstaltet das Bennohaus einen Flohmarkt von Frauen für Frauen. In geselliger Atmosphäre werden auf der Hauptebene im Saal- und Foyerbereich sowie auf der Empore Stände für Verkaufsinteressierte zur Verfügung gestellt. Frauen und Mädels können hier von Schuhen über Taschen und Kleidung alles anbieten, was andere Frauenherzen höher schlagen lässt. Bei Musik und Getränken aus unserem Café-/Barbetrieb wird nach Herzenslust gestöbert.

**Donnerstag, 8. März 2018, 18:00 - 22:00 Uhr**

Bürgerhaus Bennohaus, Bennastr. 5, 48155 Münster



(außer Empore)

8 €/Studentinnen 5 € Standgebühr

Standanmeldungen: Daniela Elsner, Tel. 0251 6096778

Ein Teil des Erlösdes kommt einem caritativen Zweck zugute.

Veranstalter/in: Arbeitskreis Ostviertel e.V./Bürgerhaus Bennohaus

Infos: Daniela Elsner, Tel. 0251 6096778, pr-leitung@bennohaus.de



## **Frauen lesen - Frauen schreiben**

Literaturabend

Zum Internationalen Frauentag laden wir ein zu einer Reise durch die aufregende Welt der Bücher. Schreibende Frauen, ihre Lebenssituationen, Biografien, ihre Romane mit persönlichem Hintergrund sind u. a. Inhalte des Abends. Beate Janning, Buchhändlerin aus Leidenschaft, begleitet Sie durch den Abend und freut sich auf Gespräche über Bücher und deren Autoren bzw. Autorinnen. Aus dem breiten Spektrum der aktuellen Literatur präsentiert Beate Janning einen interessanten Querschnitt und lädt damit zum Lesen und Zuhören ein.

**Donnerstag, 8. März 2018, 19:30 - 21:45 Uhr**

Haus der Familie Münster - Kath. Bildungsforum im

Stadtdekanat Münster e. V., Krummer Timpen 42, 48143 Münster



5 €

Anmeldung: Haus der Familie Münster, Tel 0251 418660 oder unter  
[www.haus-der-familie-muenster.de](http://www.haus-der-familie-muenster.de) - Kursnr. S4151-001

Veranstalter/in: Haus der Familie Münster - Kath.

Bildungsforum im Stadtdekanat Münster e. V. in

Kooperation mit der Buchhandlung Janning

Infos: Edith Thier, Tel. 0251 41866-13,

[thier-e@bistum-muenster.de](mailto:thier-e@bistum-muenster.de)



**Haus der Familie Münster**

Katholisches Bildungsforum  
im Stadtdekanat Münster

## **Schnupperstunde Progressive Muskelentspannung**

### Workshop

Sie haben die Möglichkeit, die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson zu erleben. Durch das bewusste Anspannen und Entspannen der einzelnen Muskelgruppen erreichen Sie einen tiefen Entspannungszustand, der auf Dauer Verspannungen lösen und die eigene Körperwahrnehmung verbessern kann. Durch regelmäßige Anwendung kann diese Form der Entspannung nachgewiesenermaßen stressbedingten Symptomen wie Schlafproblemen, Kopfschmerzen, Verspannungen etc. vorbeugen oder diese sogar lindern. Kommen Sie vorbei und probieren Sie es aus! Die Entspannung kann im Liegen oder Sitzen durchgeführt werden. Sie erhalten zum Schluss eine Anleitung, mit der Sie die Übung dann auch zuhause durchführen können. Bitte eine eigene Decke und ggf. dicke Socken mitbringen; Matten und Kissen sind vorhanden.

**Donnerstag, 8. März 2018, 19:30 - 21:00 Uhr**   
Wolbecker Str. 21, 48155 Münster

Anmeldungen bis zum 5. März 2018: Viola Kowal,  
Tel. 0251 97312592, kontakt@entspannt-beraten-ms.de

Veranstalter/in: entspannt beraten in Münster  
Infos: Viola Kowal, Tel. 0251 97312592

**Viola Kowal**  
ENTSPANNT BERATEN

## **Weiblichkeit, Anatomie und Lust**

### Vortrag und Diskussion

Wussten Sie, dass die Klitoris mit 8.000 Nerven-Enden an der Spitze weit mehr Sensoren als jeder andere Teil des menschlichen Körpers besitzt? So erscheint es seltsam, wenn Frauen eine geringere Lust an Sexualität als Männern nachgesagt wird. In diesem Gesprächskreis werden Informationen über die weibliche Anatomie vermittelt und Fragen beantwortet. Nur für Frauen!

**Donnerstag, 8. März 2018, 20:00 Uhr**   
pro familia, Ludgeriplatz 12, 48151 Münster

Anmeldung: pro familia, Tel. 0251 45858,  
muenster@profamilia.de

Veranstalter/in: pro familia Beratungsstelle  
Infos: Beate Martin, Tel. 0251 45858; beate.martin@profamilia.de

**pro familia**  
Beratungsstelle Münster

# **Interkulturelles Fest zum Internationalen Frauentag**

Party, Tag der offenen Tür, Diskussion

Auftritt der Kindergruppe

Vorführung der afghanischen Tanzgruppe

Musik aus allen Herkunftsländern - Essen und Getränke

**Freitag, 9. März 2018, 16:00 Uhr - 22:00 Uhr**

Internationaler Kulturverein Atrium e.V.,

Sprickmannstraße 1, 48159 Münster



Veranstalter/in: Begegnungszentrum Kinderhaus e.V.

und Internationaler Kulturverein Atrium e.V.

Info: Olga Stoltz und Nicole Berner, Tel. 0251 3909697

oder Tel. 0251 3909696, olga.stoltz@bgz-kinderhaus.de



## **Infoveranstaltung zur weiblichen Beschneidung**

Film und Austausch

Zunehmend leben in Deutschland Frauen, die unter den Folgen weiblicher Genitalbeschneidung leiden. Ärzte, Hebammen und Sozialarbeiterinnen sehen sich bisher unbekannten Problemstellungen gegenüber.

Zu dem brisanten Thema wird ein Spielfilm aus dem Senegal (2004) gezeigt, in dessen Mittelpunkt eine mutige Frau und ihr ungebrochener Widerstand gegen die Beschneidung junger Mädchen in ihrem Dorf stehen. Dieser Film ist eine vielschichtig in Szene gesetzte Geschichte über die Tradition der weiblichen Beschneidung in Afrika sowie den Kampf gegen die aktuelle Praxis dieses lebensgefährlichen Eingriffs, der auch in anderen Teilen der Welt verbreitet ist. Der aufrüttelnde und zukunftsweisende Film ist deutsch untertitelt.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch mit Birgit Ruhnau von donum vitae, der Ethnologin Marita Samson und Ulrich Coppel, stellvertretender Vorsitzender der deutsch-eritreischen Gesellschaft.

**Freitag, 9. März 2018, 18:00 Uhr**

Zukunftswerkstatt Kreuzviertel, Schulstr. 45,  
48149 Münster



Spenden erwünscht

Veranstalter/in: Schwangerschaftsberatungsstelle

donum vitae e.V., checkpoint Afrika e.V. und

Zukunftswerkstatt Kreuzviertel e.V.

Infos: Birgit Ruhnau, Tel. 0251 1448818

und Marita Samson, Tel. 0251 2393639





Entdecke deine Natur!

Frauenseminare

Frauenkreise

Coaching in der Natur

[www.naturcoaching-münster.de](http://www.naturcoaching-münster.de)

**Viola Kowal**  
ENTSPANNNT BERATEN

**Entspann' doch mal...!**

[www.entspannt-beraten-ms.de](http://www.entspannt-beraten-ms.de)

## **Afrikanisch kochen leicht gemacht!**

Alleinerziehende aus verschiedenen Kulturen kochen gemeinsam!

Einmal über den eigenen Tellerrand schauen und Neues ausprobieren?  
Jollof Reis und Kochbananen?

Alleinerziehende afrikanische Mütter zeigen, was in afrikanischen Familien auf den Tisch kommt und gerne gegessen wird. In geselliger Runde wird der Kochlöffel geschwungen und das leckere Ergebnis dann gemeinsam verzehrt.

Im Spielzimmer wird eine Kinderbetreuung angeboten!

**Samstag, 10. März 2018, 16:00 - 19:00 Uhr**

Ev. Familienbildungsstätte, 2. Etage, Friedrichstr. 10, 48145 Münster  
Bushaltestelle Eisenbahnstraße



5,- € pro Familie inkl. Essen + Kinderbetreuung

Anmeldung bis zum 1. März 2018: VAMV Büro,  
Tel. 0251 277133 oder [vamv@muenster.de](mailto:vamv@muenster.de)

Veranstalter/in: VAMV, Verband alleinerziehender Mütter und Väter  
Infos: Sigrid Femi, Tel. 0251 277133, [vamv@muenster.de](mailto:vamv@muenster.de)





## The Help

Filmvorführung und Sektempfang

Die Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen (ASF) Münster zeigt in Zusammenarbeit mit dem Schlosstheater den Film „The Help“, der sich mit der Situation von farbigen Hausangestellten in den USA in den 1960er Jahren beschäftigt.

Nachdem die junge Skeeter ihr College beendet hat, wünscht sie sich nichts sehnlicher, als eine erfolgreiche Autorin zu werden. Um dieses Ziel zu erreichen, startet Skeeter eine Interviewreihe mit schwarzen Haushaltshelferinnen berühmter Südstaatenfamilien und bricht damit alle Konventionen in ihrer kleinen Heimatstadt. Aibileen ist die erste, die sich den Fragen der angehenden Schriftstellerin stellt.

Obwohl die jeweiligen Freundeskreise darüber nicht gerade begeistert sind, setzen die beiden Frauen ihre Zusammenarbeit fort. Und schon bald sollen sich auch weitere Frauen dazu bereiterklären, ihre persönlichen Geschichten preiszugeben. Dabei entstehen ungewöhnliche Freundschaften und eine neue Frauenverbindung, die es schafft, auch die anfangs noch skeptischen Dorfbewohner auftauen zu lassen.

Octavia Spencer wurde für ihre Darstellung der Angestellten „Minnie“ mit dem Oscar als beste Nebendarstellerin ausgezeichnet.

Im Anschluss an die Filmvorführung findet ein Sektempfang statt, bei dem wir miteinander ins Gespräch kommen wollen.

**Samstag, 10. März 2018, 17:00 Uhr**

Schlosstheater Münster, Melcherstr. 81, 48149 Münster



7,50 € ermäßigter Eintrittspreis  
Die Eintrittskarten können an der  
Kinokasse und online erworben werden.

Veranstalter/in: ASF - Arbeitsgemeinschaft  
Sozialdemokratischer Frauen Münster  
in Zusammenarbeit mit dem Schlosstheater Münster  
Infos: Franziska Kaiser,  
Tel. 0251 77099 (SPD Büro Münster)



# **Frag nicht nach gestern - Roman von Sophie Herrndorf**

Unterhaltsame Lesung

Verbannt in die finnische Einsamkeit erlebt Leonie mehr als erwartet: Liebe, Vertrauen und die Suche nach sich selbst. Grau und trist präsentiert sich Finnland, als die 19-jährige Leonie dort ankommt. Nach ihrem Aufenthalt in einem deutschen Gefängnis soll sie nun den Rest ihrer Zeit in einem Resozialisationsprojekt absitzen. Dort leben acht junge Frauen gemeinsam mit einer Sozialarbeiterin auf einem Hof an einem abgelegenen See. Leonie ist, nett ausgedrückt, sehr skeptisch, auch dann noch, als sie erfährt, dass sie sich auf dem Gelände frei bewegen kann und nicht überwacht wird. Sie beschließt abzuhauen, doch während sie ihre Fluchtpläne schmiedet, gibt sie vor, sich mit den Gegebenheiten zu arrangieren. Dabei lernt sie ihre Mitgefangenen besser kennen und freundet sich mit einigen an. Besonders zu Mia baut Leonie ein enges Verhältnis auf, denn Mia scheint ganz anders zu sein als die anderen, und so drängt sich Leonie die Frage auf: Warum ist Mia überhaupt im Camp? Doch die Antwort behält Mia für sich. Im Laufe der ersten Monate wird Leonie klar, dass Mia mehr für sie bedeutet, als sie sich eingestehen wollte. Als Mia eines Abends Hals über Kopf im Wald verschwindet, merkt Leonie, dass die Dunkelheit kein ungefährlicher Ort ist.



**Samstag, 10. März 2018, 18:00 Uhr**

neben\*an, Cinema, Warendorfer Str. 45, 48145 Münster



7,00 €/5,00 € (Mitfrauen des LiVas e.V)

Anmeldung: [claudialoeffler@livas.org](mailto:claudialoeffler@livas.org)

Veranstalter/in: LiVas e.V.

Infos: Claudia Löffler, [claudialoeffler@livas.org](mailto:claudialoeffler@livas.org)



## **Frauenverwöhntag im MuM e. V.**

Wir laden ein zu einem Verwöhntag im MuM. An diesem Tag haben Sie die Gelegenheit, in unterschiedliche Angebote zum Thema „Körper und Seele“ rein zu schnuppern, wie z. B. Zumba und Yoga. Im Anschluss genießen wir ein gemeinsames Mittagsbuffet.

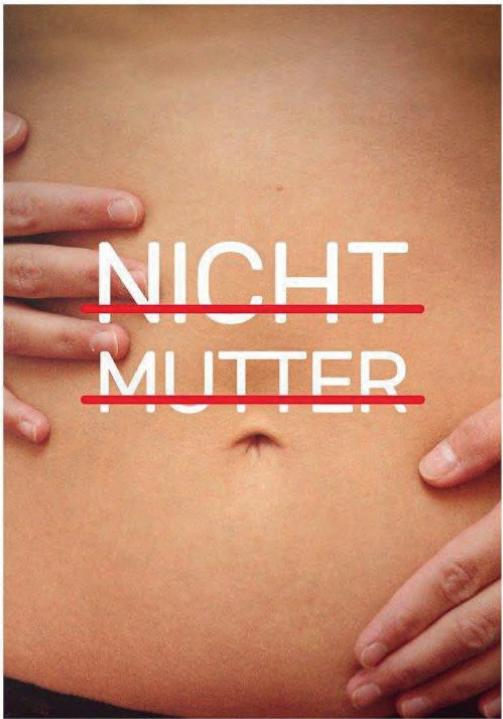
**Sonntag, 11. März 2018, 10:00 - 14:00 Uhr**

MuM - Mehrgenerationenhaus und Mütterzentrum e. V.,  
Gescherweg 87, 48161 Münster

4 € für das Buffet und Getränke

Veranstalter/in: MuM - Mehrgenerationenhaus und Mütterzentrum e. V.

Infos: Karen Paterson, [k.paterson@mum-muenster.de](mailto:k.paterson@mum-muenster.de)



## **Nicht Mutter** **Erfahrungsberichte** **über Schwanger-** **schaftsabbrüche**

Film und Diskussion

Nach aktuellen Schätzungen hat jede fünfte Frau in ihrem Leben einmal ihre Schwangerschaft abgebrochen. In dem Film reflektieren drei betroffene Frauen und ein Mann in persönlichen Interviews ihre Erfahrungen mit dem Abbruch. Sie schildern die Gründe für ihre Entscheidung, wie sie den Abbruch erlebt haben und wie er ihr folgendes Leben beeinflusst hat.

Laura (21) fühlte im Moment nach dem Abbruch Erleichterung. Dann brach sie in Tränen aus und stellte ihre Entscheidung in Frage. Der

Film zeigt den Umgang der mittlerweile jungen Mutter mit ihren Gefühlen und Gedanken und ihr jetziges Leben mit ihrer Tochter.

Für Michaela (50) gab es keine Zweifel nach dem Abbruch, für sie war es eine klare Entscheidung, mit der sie sich lange Zeit nicht mehr beschäftigte. Erst Jahre später fiel sie in ein großes Loch, als sie erfuhr, dass sie durch eine Krankheit keine Kinder mehr bekommen kann.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit des Austausches und der Information mit Mitarbeiterinnen der münsteraner Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen und einem münsteraner Gynäkologen.

**Mittwoch, 14. März 2018, 18:00 Uhr**

Kino Cinema, Warendorfer Straße 47, 48145 Münster

Spenden erwünscht

Reservierung: Cinema, Kinokasse, Warendorfer Straße 47, 48145 Münster,  
Tel. 0251 30300

Veranstalter/in: Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen in Münster -  
namentlich: Diakonie Münster, Beratungs- und BildungsCentrum; pro familia;  
Stadt Münster; donum vitae Münster e.V.

Infos: Jeannette Böing, Tel. 0251 4925-685 - Kerstin Gondek, Tel. 0251 4901533 -  
Monika Hölscher , Tel. 0251 1448818 und Claudia Leiking - Tel. 0251 45858

# styleabyte

web- und printdesign • tina dähn



~~female~~  
corporate identity

[www.styleabyte.de](http://www.styleabyte.de) · [daehn@styleabyte.de](mailto:daehn@styleabyte.de)

## Heilsames Berühren



mit Körperbemalung  
mit Kräutermagie  
mit Klangwelten

[www.bodypainting-montreal.de](http://www.bodypainting-montreal.de)  
Mobil 0172/5 25 74 15

## Fachpraxis für Eßstörungen & Psychokinesiologie

**Stefanie Elsmann**  
Kinder- und Jugend-  
psychotherapeutin  
(Zulassung für GKV)  
Heilpraktikerin für  
Psychotherapie

Hermannstr. 38  
48151 Münster

[www.fachpraxis-essstoerungen.de](http://www.fachpraxis-essstoerungen.de)  
0251/414 05 24

Psychotherapie in Einzel- und Gruppensitzungen  
Beratung von Angehörigen • Prävention • Vorträge

Workshops - Partymalen  
Geburtstage

Malen macht glücklich

Malworkshops im  
Atelier ART & Weise

Coermühle 50, Münster  
Telefon 0251 22102  
mobil 017610239113  
[malatelier-muenster.de](http://malatelier-muenster.de)

[www.monikaS.de](http://www.monikaS.de)



Foto: Eric Koch, Nationaal Archief, ANEFO, CC0



Foto: Andreas Völker

## ***Non, je ne regrette rien - Nein, ich bedaure nichts***

Hommage an Edith Piaf  
Vortrag/Musikalische Biographie/  
Lieder live gesungen von Martje Saljé

Es gibt nur wenige Lieder eines Künstlers, die so umfassend die Lebensumstände der jeweiligen Interpretin darstellen wie das wohl bekannteste Lied von Edith Piaf.

Ihr kurzes Leben, sie wurde nur 48 Jahre alt, war voll von Erfolgen, aber auch tragischen Momenten. Große Erfolge, die sie weltberühmt machten (La vie en rose/Milord) wechselten sich ab mit vielen persönlichen Katastrophen, Abstürzen, Affären und Ehen, Morphiumsucht und Zusammenbrüchen. Doch ihre große Leidenschaft zu singen richtete sie immer wieder auf, brachte sie auf die Bühnen der Welt.

In dieser Veranstaltung wird Martje Saljé, Türmerin von Münster, einen Teil ihrer Lieder singen. Begleitet wird sie von Pianist Sebastian Altekamp. Den Text mit Bildern wird Rainer Wagner vortragen.

**Donnerstag, 15. März 2018**

**14:30 Uhr Kaffetrinken**

im AWO Treff, Neustraße 2, 48167 Münster



**15:30 Uhr Vortrag mit Gesang**

im Gemeindesaal der Kath. Kirche Herrenstraße 15, 48167 Münster



**13,00 € Vortrag incl. Kaffee und Kuchen (nur Vortrag mit Gesang 10,00 €)**

Kartenverkauf:

- AWO Treff, Neustraße 2, 48167 Münster
- Schreibwaren Bresler, Neustraße 3, 48167 Münster
- oder: Marlene Benter-Camen, Tel. 02506 1070),  
awo-themenkreis@web.de

Veranstalter/in: Arbeiterwohlfahrt -  
Ortsverein Wolbeck - Themenkreis  
Infos: Marlene Benter-Camen, Tel. 02506 1070,  
awo-themenkreis@web.de



# **Von Mäusen und Menschen gleiche Arbeit - gleicher Lohn?**

Öffentliche Aktion zum Equal Pay Day

21 % Gehaltsunterschied?!  
Wieviele Mäuse habe ich eigentlich  
im Portemonnaie?  
Lassen Sie sich überraschen!

**Samstag, 17. März 2018, 11:00 - 13:00 Uhr**  
Domplatz Münster, 48143 Münster



Veranstalter/in: Frauen & Beruf Münster e.V.  
Infos: Iris Scherzer und Dorothée Klar,  
Tel. 0251 55669 oder 0251 5105449 und  
auf Facebook

## **Zwei Tage, eine Nacht**

Filmmatinee zum Equal Pay Day 2018

Zwei Tage und eine Nacht, in denen für Sandra alles auf dem Spiel steht: Achtundvierzig Stunden hat sie Zeit, um ihre Arbeitskollegen zu überreden, auf ihre begehrten Bonuszahlungen zu verzichten, damit sie selbst ihren Job behalten kann... ZWEI TAGE, EINE NACHT ist das neue Werk der belgischen Regiemeister Jean-Pierre und Luc Dardenne mit der Oscar-Gewinnerin Marion Cotillard in der Hauptrolle.

Zitat Programmkinos: „Makelloses Kino mit humanistischem Mehrwert“

Im Anschluss daran Begegnung und Gespräche im „neben\*an“.

**Sonntag, 18. März 2018, 11:00 Uhr**  
Cinema Filmtheater, Warendorfer Str. 47,  
48145 Münster  
Buslinien 2 und 10

Veranstalter/in: AMF, BPW, KAB  
Infos: Karin Münster, Tel. 0251 328347,  
[karin-muenster@gmx.de](mailto:karin-muenster@gmx.de)



**Frauen & Beruf**  
Münster

**equal  
pay**  
—  
**day , -**

initiiert vom:  
Business and Professional Women Germany e.V.



# **Gleichstellung: Warum verdienen Frauen weniger als Männer?**

Vortrag, Frauen-/Familienfest, internationale Spezialitäten, Kinderbetreuung

Der Arbeitskreis International e. V. (AKI) ist ein freier, unabhängiger und gemeinnützig anerkannter Verein. Das Anliegen des AKI ist der Abbau von Barrieren zwischen Menschen verschiedener Herkunft und die Verbesserung des Zusammenlebens. Dies unterstützen wir durch die Förderung des gegenseitigen Kennen- und Verstehenlernens. Migrantinnen und Migranten bieten wir Hilfestellungen an, um hier besser zurechtzukommen. Der AKI ist Mitglied des stadtweiten Netzwerks „Integration für Menschen mit Migrationsgeschichte“.

Der AKI veranstaltet jedes Jahr ein Frauen-/Familienfest mit einem Vortrag. Dieses Jahr geht es um das Thema Gleichstellung: Warum verdienen Frauen weniger als Männer?“. Als Referentin konnte Karen Neeb gewonnen werden.

12:00 - 13:00 Uhr Ankommen - Austausch

13:00 - 13:30 Uhr Begrüßung/Musik

13:30 - 14:45 Uhr Vortrag der Referentin Karen Neeb

14:00 - 14:45 Uhr Kaltes Buffet

14:45 - 18:00 Uhr Musik

**Sonntag, 18. März 2018, 13:00 - 18:00 Uhr**

Paritätisches Zentrum, Dahlweg 112, 48153 Münster



Veranstalter/in: Arbeitskreis International e.V.

Infos: Fulya Yavuz, Tel. 0251 297351, aki-muenster@versanet.de





Aslı Sevindim



Sanata Nacro

## ***Die Würde des Menschen ist unantastbar - Rassismus und Sexismus***

Fachvortrag mit Publikumsdiskussion

**Sexismus - Rassismus:** In den letzten Monaten hat die Debatte um diese Themen neuen Aufschwung erfahren. Sowohl Sexismus als auch Rassismus stellen Machtverhältnisse dar, die von gesellschaftlichen Strukturen und Diskursen genauso wie von jedem Einzelnen hergestellt werden und wechselseitig aufeinander einwirken. Aber wie genau lassen sich Rassismus und Sexismus überhaupt definieren? Was hat Sexismus mit Rassismus zu tun und wem nützen diese Diskurse? Sanata Nacro wird in ihrem Vortrag unter anderem auf diese Fragen eingehen.

Eine anschließende Diskussion, moderiert durch Aslı Sevindim, soll zum Meinungsaustausch mit dem Publikum genutzt werden.

**Montag, 19. März 2018, 18:00 - 20:00 Uhr**

Rathausfestsaal, Eingang Stadtweinhaus,  
Prinzipalmarkt 9, 48143 Münster



Anmeldung bis zum 12. März 2018:  
[frauenbuero@stadt-muenster.de](mailto:frauenbuero@stadt-muenster.de)  
oder Tel. 0251 492-1701  
unter dem Stichwort „Vortrag  
Rassismus Sexismus“

**Veranstalter/innen:** Kommunales Integrationszentrum Münster und das städtische Frauenbüro in Kooperation mit dem Frauen-Notruf Münster e. V. und Kaktus e. V.  
Infos: Antje Schmidt-Schleicher, Tel. 0251 492-1701,  
[frauenbuero@stadt-muenster.de](mailto:frauenbuero@stadt-muenster.de)



Kommunales  
Integrationszentrum  
Münster



Frauenbüro

**FRAUEN-NOTRUF**

**0251 34443**



Beratung für Frauen und Mädchen  
bei sexualisierter Gewalt



## **Kristallklares Frühlingserwachen**

Berührende Kristallklänge eröffnen den Raum für eine meditative Visionenreise mit Elke Schaaf und Christa Maria Buch

**Dienstag, 20. März 2018, 19:30 Uhr**

Wir begrüßen Sie/dich gerne ab 19:15 Uhr

Atelier ART & Weise bei Monika Schiwy, Coermühle 50, 48157 Münster  
Eingang gegenüber dem Gewächshaus, Parkplätze vorhanden.

Anmeldung erwünscht bis 15. März 2018: Tel. 0251 22102 oder über  
[www.visionen-ev.de](http://www.visionen-ev.de)

Veranstalter/in: Visionen e.V.

Infos: Monika Schiwy, Tel. 0251 22102

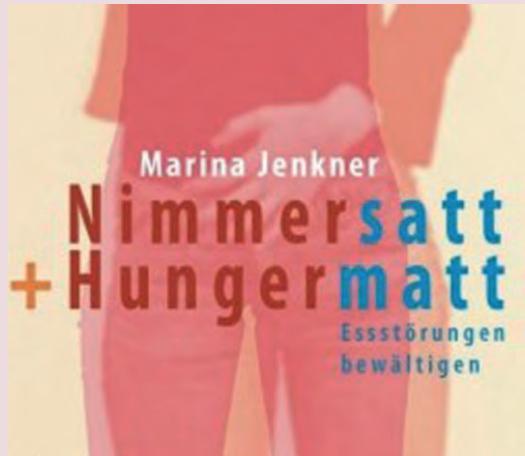
**VISIONEN**

Unternehmerinnen und Unternehmer vernetzen sich

## **Nimmersatt und Hungermatt**

Intermediale Lesung  
zum Thema Essstörungen  
mit anschließender  
Fragen- und Diskussionsrunde

In ihrer intermedialen Lesung zum Buch „Nimmersatt und Hungermatt, Essstörungen bewältigen“, erzählt die Autorin Marina Jenkner mit autobiografischen Kurzgeschichten, Fotoprojekten, Musik und Tanzelementen von Essstörungen und deren Bewältigung.



Die Lesung richtet sich sowohl an Jugendliche als auch an Erwachsene.

**Mittwoch, 21. März 2018, 19:00 - 21:00 Uhr**

Rüstkammer im Stadtweinhaus, Prinzipalmarkt 9, 48143 Münster



7 €

Anmeldung bis zum 14. März 2018: Beratungsstelle Frauen helfen Frauen,  
Tel. 0251 67666, [frauenberatung-muenster@t-online.de](mailto:frauenberatung-muenster@t-online.de)

Veranstalter/in: Beratungsstelle

Frauen helfen Frauen e. V.

Infos: Gaby Brodesser, Tel. 0251-67666,  
[frauenberatung-muenster@t-online.de](mailto:frauenberatung-muenster@t-online.de)



# **Raus aus dem Hamsterrad**

## **...Wenn nicht jetzt, wann dann?**

### **Workshop**

Besonders Frauen erleben in ihrem Alltag oft den Druck, den verschiedensten Ansprüchen gerecht werden zu müssen. Im Job wachsen die Anforderungen, die Familie will versorgt sein, frau ist ständig erreichbar und für alles zuständig. Welche Strategien können helfen, die eigenen Bedürfnisse dabei nicht aus dem Blick zu verlieren und Überforderungen zu vermeiden? Lernen Sie in unserem Workshop hilfreiche Methoden kennen, die Sie dabei unterstützen, Ihre Zeit und Ihre Aufgaben besser zu managen und erfahren Sie, wie Sie durch einfache Übungen mehr Entspannung in Ihren Alltag bringen können.

**Freitag, 23. März 2018, 18:00 - 20:00 Uhr**

Piusallee 194, 48147 Münster

**10 € Unkostenbeitrag**

Anmeldungen bis zum 15. März 2018: Viola Kowal, Tel. 0251 97312592,  
[kontakt@entspannt-beraten-ms.de](mailto:kontakt@entspannt-beraten-ms.de)

Veranstalter/in: Münsterland Coaches, Julia Hörbelt und Viola Kowal

Infos: Julia Hörbelt, [Julia.hoerbelt@muensterland.coach](mailto:Julia.hoerbelt@muensterland.coach) und Viola Kowal,  
Tel. 0251 97312592, [viola.kowal@muensterland.coach](mailto:viola.kowal@muensterland.coach)



**Atelier ART & Weise**  
**Monika Schiwy**  
Telefon 0176 10239113  
[atelier@raum-muenster.de](mailto:atelier@raum-muenster.de)  
Coermühle 50  
Haus Coerde - Münster  
[www.monika-schiwy.de](http://www.monika-schiwy.de)

[www.malatelier-muenster.de](http://www.malatelier-muenster.de)



**Viola Kowal**  
ENTSPANNT BERATEN

STRESS BEWÄLTIGEN  
ENTSPANNEN  
ZUR RUHE KOMMEN

Systemische Beratung  
Kurse - Seminare

0251 97312592  
[kontakt@entspannt-beraten-ms.de](mailto:kontakt@entspannt-beraten-ms.de)  
[www.entspannt-beraten-ms.de](http://www.entspannt-beraten-ms.de)

# **Entspannung für Großmütter mit ihrem Enkelkind**

## Workshop

Heute entspannt sich die Großmutter mal gemeinsam mit ihrem Enkelkind (ab 6 Jahre)! Während Mama und Papa vielleicht auf dem Markt einen Kaffee trinken, starten wir bei Keksen mit einem kurzen Austausch darüber, was Stress eigentlich ist und warum Entspannung guttut. Danach gibt es eine Entspannungseinheit, in der die Teilnehmer\*innen die Muskelentspannung nach Jacobson kennenlernen. Beendet wird der Workshop mit einer Wohlfühlübung zu zweit und einer leichten Aktivierungsübung, damit alle frisch und erholt wieder in den Alltag starten können. Alle Übungen können im Liegen oder Sitzen durchgeführt werden und sind auch bei leichten körperlichen Einschränkungen durchführbar. Bitte jede/r eine eigene Decke mitbringen; Matten und Kissen sind vorhanden.

**Samstag, 24. März 2018, 10:30 - 12:00 Uhr**

Piusallee 194, 48147 Münster

Anmeldungen bis zum 16. März 2018: Viola Kowal,  
Tel. 0251 97312592, kontakt@entspannt-beraten-ms.de



Veranstalter/in: entspannt beraten in Münster

Infos: Viola Kowal, Tel. 0251 97312592, kontakt@entspannt-beraten-ms.de

## **Karoline von Günderode - eine Dichterin der Romantik**

### Vortrag

In der Reihe „Aus Liebe zum Wort“ stellen Markus und Marion von Hagen diese ungewöhnliche Frau vor, die nicht nur einige der schönsten Gedichte der Romantik schrieb, sondern in ihrem Freiheitsdrang als eine Vorgängerin der Frauenbewegung angesehen werden kann.

**Mittwoch, 4. April 2018, 15:30 Uhr**

DKV-Residenz am Tibusplatz,  
Tibusstraße 1 - 7, 48143 Münster



8 €

Veranstalter/in: Studienkreis Münster e. V.

Infos: Ute Rademacher,

Tel. 02534 643390,

ute\_rademacher@gmx.de



Foto: Unbekannt

Studienkreis Münster e.V.



Tafelrunde der Herzogin Anna Amalia  
(H.G. Kraatz um 1795)



## **flow art - für Frauen**

flow art-Einladung - zur kreativen Auszeit im Atelier:  
Wir zeichnen. Kleine Schnipsel regen zu einem Thema an. In mein Malatelier lade ich dich ein, auch wenn es Zweifel gibt, „gut genug zu zeichnen“, Vielleicht hast du, seit dem du Kind bist, so ein Gefühl, dass du glaubst, nicht gut genug malen zu können oder du denkst „die anderen können es besser“. Ich begrüße dich zu einer Tasse Kaffee oder Tee im Atelier ART & Weise

**Freitag, 6. April 2018, 15:30 - 16:30 Uhr**

Atelier ART & Weise, Monika Schiwy, Coermühle 50, 48157 Münster  
Eingang gegenüber dem Gewächshaus, Parkplätze vorhanden.  
Eine Mitfahrmöglichkeit kann möglicherweise organisiert werden.

freiwillige Spende für Materialien

Anmeldung erwünscht bis 3. April 2018: Monika Schiwy, mail@monikaS.de  
oder Tel. 0251 22102 (AB), [www.malatelier-muenster.de](http://www.malatelier-muenster.de)  
Bei mehr als 10 Anmeldungen, gibt es einen Ausweichtermin.

Veranstalter/in: Atelier ART & Weise - Monika Schiwy

Infos: Monika Schiwy, Tel. 0251 22102

## **Malen macht glücklich - Weiblicher Farbenrausch**

Begegnung mit dir selbst im Malatelier ART & Weise:  
Wir malen und spachteln mit Acrylfarben auf Papier und Leinwand. In mein Malatelier lade ich dich gerne ein, auch wenn du Zweifel hast und dich nicht traust zu malen, gerade dann, möchte ich dich ermutigen, dieses auszuprobieren.

Ich begrüße dich ab 17:45 Uhr zu einer Tasse Tee.



**Mittwoch, 11. April 2018, 18:00 - 20:00 Uhr**

Atelier ART & Weise, Monika Schiwy, Coermühle 50, 48157 Münster  
Eingang gegenüber dem Gewächshaus, Parkplätze vorhanden.  
Eine Mitfahrmöglichkeit kann möglicherweise organisiert werden.

freiwillige Spende für Materialien

Anmeldung erwünscht bis 9. April 2018: Monika Schiwy, mail@monikaS.de  
oder Tel. 0251 22102 (AB), [www.malatelier-muenster.de](http://www.malatelier-muenster.de)  
Bei mehr als 10 Anmeldungen, gibt es einen Ausweichtermin.

Veranstalter/in: Atelier ART & Weise - Monika Schiwy

Infos: Monika Schiwy, Tel. 0251 22102

# **Grau - statt rosa oder himmelblau**

## **Das Baby ist endlich da, doch die Freude fehlt**

Filmvorführung und Diskussion

Die Geburt eines Kindes ist nicht immer der glücklichste Moment im Leben einer Frau. Viele Mütter können ihr Baby nicht genießen und fühlen sich oft traurig, überfordert, ängstlich oder antriebslos. Sie können in eine seelische Krise geraten, die gekennzeichnet ist durch starke Selbstzweifel und Schuldgefühle oder Panikattacken, da sie glauben, nicht dem Bild einer glücklichen Mutter zu entsprechen. Schätzungen zufolge geraten etwa 10-15% der Mütter in eine nachgeburtliche Krise. Die Ursachen können unterschiedlich sein, wie beispielsweise ein belastendes Geburtserlebnis, hormonelle oder körperliche Faktoren, psychisch belastende Ereignisse sowie gesellschaftliche Erwartungen an die Mutterrolle.

Obwohl der Wunsch der Frauen nach Austausch und Hilfe groß ist, besteht weiterhin ein Tabu, offen darüber zu sprechen.

Wir möchten an diesem Tag die Gelegenheit bieten, miteinander ins Gespräch zu kommen und zeigen einen Film zum Thema mit anschließendem Raum für Austausch und Information

**Samstag, 14. April 2018, 11:00 - 13:00 Uhr**

Beratungsstelle pro familia, Ludgeriplatz 12, 48151 Münster



Anmeldung: pro familia, Tel. 0251 45858,  
[muenster@profamilia.de](mailto:muenster@profamilia.de)

Veranstalter/in: pro familia Beratungsstelle  
Infos: Monika Karwisch und Claudia Leiking,  
Tel. 0251 45858; [muenster@profamilia.de](mailto:muenster@profamilia.de)



## **Wir müssen über den Kapitalismus nachdenken – Pädoyer für eine schöpfungsgerechte Wirtschaft**

Vortrag

Vortrag von Prälat Peter Kossen im Rahmen des Politischen Forums der kfd St. Norbert.

**Mittwoch, 18. April 2018, 19:00 Uhr**

Freizeitheim St. Norbert, Schneidermühler Str. 23,  
an der St. Norbert Kirche, 48157 Münster



Veranstalter/in: kfd St. Norbert Münster Coerde  
Infos: Anni Greiwing, Tel. 0251 24141, [annigreiwing@web.de](mailto:annigreiwing@web.de)



»Uns reichts!«, riefen die Frauen.  
»Wir werden von den Männern unterdrückt!«, donnerten die Frauen. »Seit Jahrhunderten!«, erklärten sie. »Na und?«, fragten die Männer und lachten.



Das Pixi-Buch „Agentinnen des Wandels“ gibt es kostenlos im Frauenbüro und den Film finden Sie auf YouTube oder unter [www.frauenbeauftragte.org](http://www.frauenbeauftragte.org)



## Gespaltene Gesellschaften?!

Eine offene Fahrradtour zur Zeit- und Emanzipationsgeschichte Münsters (aus Anlass des Historikerinnen- und Historikertags).

Der 52. Historikerinnen- und Historikertag findet im September in Münster statt. In diese Begegnungen eingebettet ist eine für alle offene Tour des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC), der Villa ten Hompel und der überparteilichen Vereinigung „Gegen Vergessen - Für Demokratie e.V.“ der Region. Die Tour zeigt unter dem Titel „Gespaltene Gesellschaften?“ spannende Orte der Zeit- und Emanzipationsgeschichte Münsters auf. Sie lädt zur historischen Betrachtung der Entwicklung von Demokratie, Freiheitsstreben und Gleichberechtigung sowie der Diktaturen im 20. Jahrhundert ein und ruft dabei zur kritischen Diskussion auf - vor allem zu der Phase des NS-Regimes, das die Spuren seines Terrors und der Verführung in der Innenstadt hinterlassen hat. Auch ungeübte Radlerinnen und Radler können gut mithalten: Infos zu Stationen und Dauer am Start.

**Donnerstag, 27. September 2018, 13:30 Uhr**

Treffpunkt vor dem Marktcafé am Domplatz in der Innenstadt  
Wer kein eigenes Rad besitzt als Guest in Münster, bekommt  
zum Selbstkostenpreis eine Ausleihe ermöglicht.

3 €

Für Angehörige des ADFC und  
Inhaberinnen der Historikertags-  
Dauerkarte ist die Teilnahme kostenfrei.

Veranstalter/in: Gegen Vergessen - Für Demokratie e.V.  
in Koop. mit der Villa ten Hompel und dem ADFC  
Infos: Stefan Querl, Tel. 0251 492-7107,  
querl@ns-gedenkstaetten.de



# VISIONEN

Unternehmerinnen und Unternehmer vernetzen sich

Netzwerk von  
Unternehmerinnen e.V.  
Münster / Münsterland

## Visionen e.V.

Wir sind in verschiedensten Branchen unterwegs, von der Bildhauerin über die Goldschmiedin, den Zauberkünstler, die Journalistin bis zur Steuerfachfrau.

UnternehmerInnen und Freischaffende mit Visionen sind stets eingeladen, uns kennenzulernen und willkommen.

Unser Netzwerk setzt auf Kooperation, ohne Konkurrenzsituationen zu ignorieren. Das funktioniert, wenn die persönliche Ebene stimmt. Dafür sorgen wir bei gemeinsamen Projekten wie Messeauftritten oder Ausstellungen. Auf unserer Homepage sind Termine öffentlich gemacht, zu denen wir einladen. Unsere Mitglieder bereichern den Verein mit ihrer Kompetenz und beraten sich gegenseitig. Wir fördern und unterstützen uns durch die professionelle Umsetzung der Visionen unserer Mitglieder - auch in Kooperation mit anderen Netzwerken auf dem Weg zu wirtschaftlichem Erfolg. Die Erfahrung zeigt: Selbstbewusste Unternehmen nutzen Kopf, Herz und Bauch und sind damit wirtschaftlich erfolgreich.

Wir freuen uns über alle, die unsere Vielfalt visionär bereichern. Gerne laden wir zum Kennenlernen beim Stammtisch ein, der in der Regel am 3. Dienstag im Monat stattfindet.

Anmeldung erbeten: Telefon 0251 22102  
[vorstand@visionen-ev.de](mailto:vorstand@visionen-ev.de)  
[www.facebook.com/vereinvisionen](http://www.facebook.com/vereinvisionen)  
**[www.visionen-ev.de](http://www.visionen-ev.de)**



# Frauen-Nacht-Taxi

Mit Sicherheit bis vor die Tür!

Ein Service für unsere weiblichen Fahrgäste ab 14 Jahre,

1. April – 30. September → ab 20 Uhr,

1. Oktober – 31. März → ab 18 Uhr.

Sagen Sie unserem Fahrpersonal beim Einstieg, von welcher Haltestelle Sie abgeholt werden möchten.

Die Kosten für die Taxi-Anfahrt übernehmen wir.

Weitere Infos erhalten Sie im Service-Zentrum mobilé,  
Berliner Platz 22. Wir helfen Ihnen gerne weiter.



E i n f a c h . N ä h e r . D r a n .



Stadtwerke Münster