Programm um den

INTERNATIONALEN FRAUENTAG

am 8. März

Frauen in Aktion

bewegen was in der Region

2024

www.frauen-in-aktion.de

Organisiert durch die Gleichstellungsstelle, viele regionale Frauenverbände, Vereine, Organisationen und engagierte Frauen des Landkreises Alzey-Worms

Liebe Frauen, liebe Interessierte,

seit 1989 existiert das Programm „Frauen in Aktion“, das auch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches und interessantes Angebot bereithält. Viele Aspekte, die die Gleichstellung von Frauen und Männern betreffen, finden sich hier wieder: Der Kampf um die Möglichkeit einer sicheren Abtreibung ist Thema im Film „Call Jane“, den die Gleichstellungsstelle am 8. März im Bali-Kino in Alzey zeigt. Um das konstruktive Klären und Verstehen von Konflikten geht es dann im gleichnamigen Seminar im Mai.

Ein wichtiges Ereignis im Jahr 2024 ist die Kommunal- und Europawahl. Den Anteil von Frauen in kommunalpolitischen Ämtern zu erhöhen, ist ein zentrales Anliegen der Gleichstellungsstelle. Um die neu gewählten Frauen zu unterstützen, findet im September der Impulsabend „Neu im Rat“ statt, bei dem Grundlagen kommunalpolitischer Arbeit vorgestellt und erste Erfahrungen gemeinsam reflektiert werden.

Weiterhin relevant, aber immer noch tabuisiert ist die Tatsache, dass häusliche und sexualisierte Gewalt zur alltäglichen Erfahrung einer großen Zahl von Frauen gehört. Diesen Frauen eine Stimme zu geben, ist Anliegen der Ausstellung **WOMEN IN THE DARK – aufruhr des schweigens** der Schweizer Künstlerin Franziska Greber. Die international aktive Künstlerin hat betroffenen Frauen die
Möglichkeit gegeben, ihre Erfahrungen auf weißen Blusen aufzuschreiben und damit eindrucksvolle Installationen in verschiedenen Ländern und Städten umgesetzt. Vom 3.11 bis zum 25.11. wird die Ausstellung im Burggrafiat Alzey in Kooperation der Gleichstellungsstelle mit dem Warbede Frauennotruf Alzey gezeigt.

Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern sowie allen Unterstützerinnen und Unterstützern und wünsche Ihnen viel Spaß mit dem Programm!

Herzliche Grüße

Dr. Vera Lanzen
Gleichstellungsbeauftragte
Landkreis Alzey-Worms

Frauen und Männer sind gleichberechtigt!

Gleichstellungsbeauftragte
des Landkreises Alzey-Worms

Wiederkehrende Termine:

14. Februar – One Billion Rising

1. März – Equal Care Day

6. März – Equal Pay Day

8. März – Internationaler Frauentag

27. April – Girls' Day

17. Mai – Internationaler Tag gegen Homo-, Bi-, Inter- und Transphobie

2. Samstag im Juni – Gedenk- und Bestattungsfeier auf der Sternenwiese Alzey

25. November – Internationaler Tag „Nein" zu Gewalt an Frauen

2. Sonntag im Dezember – Weltweites Kerzenleuchten für alle verstorbenen Kinder

Veranstaltungen | Inhalt

Februar 4
März 5
April 9
Mai 15
Juni 18
September 19
November 23
Es machen mit 25
Weitere Angebote ..... 26 – 44
Hilfe bei häuslicher Gewalt 45
Gleichstellungsstellen 46
Etappen der Frauenbewegung 48

Impressum | V. i. S. d. P.

Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Alzey-Worms
Dr. Vera Lanzen
55232 Alzey, Ernst-Ludwig-Str. 36

Layout/Satz: PAT DESIGN, Patricia Orschau

Alzey, Februar 2024

FEBRUAR

5

Montag

9:00 – 11:00 Uhr

dann jeden 1. Montag/Monat (außer in den Ferien)

Mehrgenerationenhaus/ Haus der Familie, Alzey, Schlossgasse 13

jobcenter Alzey-Worms

Offene Sprechstunde – „Beruflich wiedereinsteigen“

Welche Frau möchte nicht nach einer Familienzeit wieder beruflich tätig sein? Wir unterstützen Sie in Ihren Planungen.

Für eine erste Orientierung stellen sich zahlreiche Fragen.
Wie bringe ich alles unter einen Hut? Ist mein Kind gut versorgt?
Bin ich noch up-to-date? Wäre die Pflege eine Alternative?
Starte ich in Teilzeit oder Vollzeit? Mache ich mich selbständig?

Nutzen Sie Ihre Chance, im Mehrgenerationenhaus, die Beratung der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters Alzey-Worms, Kerstin Adjalian, kostenfrei in Anspruch zu nehmen. Sie informiert über Unterstützungsangebote des Jobcenters und gibt nützliche Anregungen und Tipps für einen erfolgreichen Start in den Job.

Telefon: 06731/9507-383

Veranstalterinnen:
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters Alzey-Worms, Kerstin Adjalian, in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus

jobcenter Alzey-Worms

Infofrühstück Wiedereinstieg

Bürgergeld, Digitalisierung, CHAT GBT, KI – die Arbeitswelt verändert sich rasant. Dennoch gibt es viele Chancen für einen erfolgreichen beruflichen Wiedereinstieg. Eine gute Planung ist schon die halbe Miete. Nutzen Sie Ihre Chancen. Holen Sie sich für einen erfolgreichen Wiedereinstieg das nötige Knowhow in dem angenehmen Ambiente des Mehrgenerationenhauses Alzey.

Einstieg in Vollzeit oder Teilzeit? Pflege – Alternative?
Bin ich noch up to date? Integrationskurs und Qualifikation während der Elternzeit? Förderung durch das Jobcenter? Kinderbetreuung?

Antworten finden Sie bei einem kleinen Infofrühstück.

Nur für Erziehende mit Kindern unter 3 Jahren!
Kostenfreie Kinderbetreuung wird angeboten.

Telefon: 06731/9507-383

Veranstalterinnen:
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters Alzey-Worms, Kerstin Adjalian, in Kooperation mit der Kindertagespflege, dem Patenprojekt und dem Mehrgenerationenhaus

MÄRZ

5

Dienstag

9:30 – 11:30 Uhr

dann jeden 1. Montag/Monat (außer in den Ferien)

Mehrgenerationenhaus/ Haus der Familie, Alzey, Schlossgasse 13

Weiterer Termin:

SEPTEMBER

3

Dienstag

9:30 – 11:30 Uhr

MÄRZ

6

Mittwoch

14:00 – 17:30 Uhr

Online-Workshop via zoom, inklusive Dokumentation

Anmeldung bis 2.3.2024: https://www.arbeit-und-leben.de/anmeldung/8926

Oder in der Gleichstellungsstelle unter 06731 4081261

Kosten: keine, da gefördert

EQUAL PAY DAY 2024

jobcenter Alzey-Worms

Frauen und Männer sind gleichberechtigt!
Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Alzey-Worms

Familie, Beruf, Karriere und Mental Load – Mentale Belastung fair teilen

Referentin: Katja Rickert (Zweigstellenleiterin Arbeit und Leben, Prozessberaterin, Mediatorin, Trainerin, Coach)

Kennen Sie das? Brot kaufen, E-Mail an Krankenkasse schreiben, Termin für Auto-Inspektion machen, Angebote einholen, Räume für Workshop anfragen, Einladung Teamessen, ... Die Auflistung der Aufgaben könnte noch unendlich lang weitergeführt werden! An vielen alltäglichen beruflichen und privaten To-dos hängt ein langer Rattenschwanz an unsichtbaren Planungs-, Koordinations- und Dokumentationsaufgaben. Hierdurch entsteht Mentale Belastung – Mental Load.

Der Begriff „Mental Load" beschreibt die psychische Belastung, die entsteht, wenn wir uns um zahlreiche Aufgaben, Verantwortlichkeiten und Entscheidungen kümmern müssen, sowohl im beruflichen als auch im privaten Umfeld. Mental Load betrifft oft Frauen, die neben ihrer beruflichen Tätigkeit auch viele der organisatorischen und planerischen Aspekte im Haushalt und bei familiären Verpflichtungen übernehmen.

Arbeit und Leben

RHEINLAND-PFALZ / SAARLAND

Der Druck, im Job und zuhause an so viele Dinge gleichzeitig denken zu müssen und für alles verantwortlich zu sein, wirkt sich negativ auf die Gesundheit und finanzielle Situation von Frauen aus. Doch wie kann Mental Load fair geteilt werden? Erfahren Sie mehr in unserem Workshop.

Inhalte

- Verständnis für Mental Load: Ergründen Sie die Ursachen und Auswirkungen von Mental Load auf persönlicher und beruflicher Ebene.
- Effektive Kommunikation: Erlernen Sie Kommunikationstechniken, um Aufgaben fair zu verteilen und die Unterstützung im persönlichen und beruflichen Umfeld zu verbessern.
- Tools: Lernen Sie praktische Werkzeuge und Methoden kennen, die zur Reduzierung von Mental Load führen können.
- Selbstfürsorge und Stressbewältigung: Erfahren Sie, wie Sie für sich selbst sorgen können, um Stress abzubauen und die eigene mentale Gesundheit zu stärken.

Gefördert im Rahmen des Projektes „Fair Pay in Rheinland-Pfalz“ durch das Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration RLP (MFFKI).

RheinlandPfalz
MINISTERIUM FÜR FAMILIE, FRAUEN, KULTUR UND INTEGRATION

MÄRZ

8

Freitag

20:00 Uhr

Einlass 19:00 Uhr

Eintritt: 10 €
(inkl. kleines Popcorn)

Bali Kino
Alzey, Bahnberg 10

Anmeldung erforderlich
bis 04.03.2024 unter
frauenbuero@alzey-worms.de
oder 06731-4081251

INTERNATIONALER FRAUENTAG 2024

Kino am Frauentag „Call Jane“

Bild: DCM

Joy und Will leben 1968 mit ihrer Tochter in Chicago. Als Joy erneut schwanger wird und ihr Arzt ihr mitteilt, dass die Schwangerschaft für sie tödlich ausgehen kann, ist guter Rat teuer. Die Ärzte im Krankenhaus lehnen eine Abtreibung ab.

Zufällig stößt sie auf einen Aushang, der sie in ein Netzwerk von Frauen führt, die Frauen in Not wie Joy trotz Illegalität eine Abtreibung ermöglicht.

Im weiteren Verlauf wird Joy ein wertvolles Mitglied in diesem Frauen-Kollektiv und prägt es maßgeblich.

MAI

16

Donnerstag

15:00 Uhr
Einlass:
14:00 Uhr

Eintritt: 9,50 €

Weiterer Termin:

Kaffee-Kuchen-Kino

Mit Qi Gong zu Vitalität und Ausgeglichenheit – für Körper, Geist und Seele

Qi Gong ist eine Jahrtausende alte chinesische Heillehre: Qi= die Lebensenergie Gong= der Weg

Foto: Gudrun Simon

Gesund sein heißt, dass das Qi ungehindert fließen kann, dass neues Qi aufgenommen wird und dass verbrauchtes Qi abgegeben werden kann. Die Qi Gong Übungen unterstützen diesen Prozess, beseitigen Blockaden und fördern so die Selbstheilungskräfte. Körper und Geist sind miteinander verbunden, deshalb wirken die Übungen ganzheitlich. Sie helfen das körperliche und seelische Gleichgewicht zu bewahren oder wiederherzustellen. Durch die Zusammenziehung und Dehnung von Muskeln und Muskelgruppen, durch die Bewegung von Sehnen und Bändern sowie die Dehnung der Knochen in den Gelenken wird der Fluss der Energie gefördert und die Beweglichkeit erhalten oder wiederaufgebaut. Durch Übungsformen aus dem medizinischen Qi Gong können Verspannungen, Kopfweh, Gelenksteifigkeit, Herzschwächen, Kreislaufprobleme usw. vermindert werden. Durch die beruhigenden Bewegungen und das Atmen in Verbindung mit dem Loslassen von Belastendem werden wir ausgeglichener, können unser psychisches Gleichgewicht wiedererlangen oder aufrechterhalten. Die Qi Gong Übungen können zu einer Möglichkeit werden Empfindungen, Gedanken und Gefühle bewusster wahrzunehmen. Durch die Auflösung von Energieblockaden im Körper lösen sich auch die damit in Zusammenhang stehenden psychischen Blockaden. Qi Gong hat die Erhaltung und Heilung von Körper, Geist und Seele zum Ziel und bei Erkrankungen die Wiederherstellung des energetischen Gleichgewichts. Qi Gong-Übungen sind mittlerweile in der westlichen Tradition durch das achtsame, langsame Üben und der Stärkung der Körperwahrnehmung wichtige Therapieinhalte in Reha-Kliniken und den Präventionskonzepten der Krankenkassen.

Die Kurse sind an den Jahreszeiten orientiert und rücken jeweils ein Organ in den Mittelpunkt. In unseren Qi Gong Kursen werden kurze, in sich abgeschlossene Übungseinheiten vermittelt, die Sie problemlos und jederzeit in Ihrem Alltag anwenden können.

APRIL

6

Samstag

9:00 – 16:00 Uhr

**Kulturzentrum Alzey,
Theodor-Heuss-Ring 2,
55232 Alzey**

Die Teilnahmegebühr beträgt pro Seminartag 70 € (inkl. Verpflegung und Seminarunterlagen).

Seminarleitung: Gudrun Simon, Sport- und Gymnastiklehrerin, zertifizierte Qi-Gonglehrerin (DDQT), Rückenschullehrerin

Anmeldung erforderlich unter frauenbuero@alzey-worms.de oder 06731-4081251

APRIL

6

Samstag

11:00 – 14:00 Uhr

Trafoturm
Böhlweg 4
55286 Sulzheim

Materialkosten: 10 €

Anmeldung erforderlich, da die Anzahl der Plätze begrenzt ist bei Conny Schermer 06732-9339897 oder comscher@t-online.de

Die Veranstaltung freuen sich über das Interesse jeder Person, egal welchen Geschlechts.

Wildpflanzensalate – Sammeln, Zubereiten und Genießen

DIY Workshop

Foto: Conny Schermer

Eine Handvoll frischer Wildpflanzen enthält mehr Eisen und Calcium als eine Schüssel Kopfsalat, macht satt und stellt dem Körper wertvolle, gesunde Wirkstoffe zur Verfügung.

Gemeinsam sammeln wir wilde Pflanzen, Blätter und Blüten und bereiten frische Salate zu. Wir lernen viele in Wiese und am Waldrand häufig vorkommenden Pflanzen erkennen und ernten gemeinsam. Wilde Salate lassen sich im Frühling ebenso von Sträuchern und Bäumen pflücken. Lasst euch von neuen Geschmackserlebnissen überraschen!

Veranstalterinnnen:

Christine Geiger,
Gleichstellungsbeauftragte VG Wörrstadt
gleichstellungsbeauftragte@vgwoerrstadt.de
Tel.: 06732-9645280

VERBANDSGEMEINDE WÖRRSTADT

Conny Schermer,
zertifizierte Naturpädagogin Rheinhessen
www.comscher.de

WANN?

Donnerstag,
25.04.2024

WO?

Kreisverwaltung Alzey-Worms
IT-Management

WIR MACHEN MIT!

Girls'Day

Mädchen-Zukunftstag

girls-day.de

TELEFON

06731/408-4723

KONTAKT

girlsday@alzey-worms.de

Kreative Verwaltung und IT.

Klingt spannend?
Ist es auch -
Mach mit und überzeuge dich selbst!

APRIL

25

Donnerstag

Schülerinnen, die Interesse haben, die Bio-Schweinothek mit all ihren Aufgaben am Girls Day näher kennen zu lernen, setzen sich bitte direkt mit den dortigen Verantwortlichen in Verbindung:

Schweinothek GmbH
Bernd & Maren
Bornheimer-Schwalbach
Wallertheimer Straße 5
55599 Gau-Bickelheim

T 06701 200883
F 06701 2058810

info@schweinothek.de

Girls Day in der Bio-Schweinothek in Gau-Bickelheim

Weil 2023 ein voller Erfolg war, macht die Bio-Schweinothek wieder mit beim Girls Day. Dieses Jahr am 25.04.2024.

An diesem Tag haben Schülerinnen der Klasse 5 bis 10 die Möglichkeit, einen Einblick in, u. a. technische, informationstechnologische und naturwissenschaftliche Berufe zu erlangen. Ziel ist es, zur Erweiterung des Berufswahlspektrums von Mädchen und damit zur Chancengleichheit beizutragen. Zur Teilnahme am Girls Day füllen die Erziehungsberechtigten einen Antrag auf Freistellung vom Unterricht aus und reichen ihn bei der Schule ein. Die Versicherungsfrage ist ebenfalls geklärt.

In der Bio-Schweinothek gibt es viel zu entdecken:

- Freilandhaltung / artgerechte Tierhaltung vom Bunten Bentheimer Schwein (eine Rasse die vom Aussterben bedroht ist)
- Weinbau, Ackerbau (Anbau vom Futter für die Schweine) und dementsprechende Geräte, Fuhrpark
- Bio-Hofladen mit Gastronomie
- Bauernhofpädagogik (Lernort Bauernhof)

Bernd und Maren Bornheimer-Schwalbach und ich, als Gleichstellungsbeauftragte der VG Wöllstein, freuen uns über regen Zuspruch und wünschen Euch jetzt schon viel Spaß beim Zukunftstag für Mädchen.

Isabell Steinle
Gleichstellungsbeauftragte VG Wöllstein

Fotos: Schweinothek Gau Bickelheim

Vom Biomüll zum Kompost

Angewandte Umwelttechnik zum Anfassen

Girls'Day
Mädchen-Zukunftstag

Fotos: Abfallwirtschaftsbetrieb Alzey

APRIL

25

Donnerstag

In der Vergärungsanlage des Landkreises Alzey-Worms werden die Bioabfälle aus den Haushalten des Landkreises, zusammen mit dem eingesammelten Grünschnitt, zu Kompost und Strom verarbeitet. Dafür sorgen die Mitarbeiter mit Hilfe moderner Technik. Die Möglichkeit, einen Vormittag lang einen Einblick in ihren Arbeitsalltag zu erhalten, gibt es am Girls`Day. Versuche zu Kompost und Boden runden den Vormittag ab:

- Vom Biomüll bis zum Kompost – Anlagentechnik verstehen
- Vom Biomüllauto bis zum Radlader – Fahrzeugtechnik zum Anfassen.
- Vom Kompost bis zum Boden – Versuche mit Kompost und Bodenproben selbst

Bitte bringt geeignete unempfindliche Kleidung sowie wetterfeste und bequeme Schuhe mit, es kann kalt sein, und Rundgang sowie Versuche finden teilweise im Freien statt.

Vergärungsanlage Framersheim

Info und Anmeldung:
Abfallwirtschaftsbetrieb
An der Hexenbleiche 36
55232 Alzey

Frau List-Kalusche, Zimmer 42,
Tel. 0 67 31-4 08 64 21

abfallwirtschaftsbetrieb
des landkreises alzey-worms

APRIL

27

Samstag

8:00 – 12:00 Uhr

Am Backesbrunnen Wörrstadt (Obere Laugasse 1/ Ecke Hermannstrasse, 55286 Wörrstadt)

Anmeldung erforderlich, da die Anzahl der Plätze begrenzt ist bei Conny Schermer 06732-9339897 oder comscher@t-online.de

Die Veranstaltung freuen sich über das Interesse jeder Person, egal welchen Geschlechts.

Pflanzenbörse in Wörrstadt

Im Frühjahr findet das jährliche Tauschen von Pflanzen und Saatgut aller Art am Backesbrunnen in der Oberen Laugasse in Wörrstadt statt. Conny Schermer und Christine Geiger laden Pflanzenfreundinnen und -freunde ein, ihre Gemüsesetzlinge, Wildkräuter aber auch alles andere was in Garten und Haus grünt oder blüht mit anderen zu tauschen.

Foto: Katharina Koch

„Das Tauschen von Pflanzen ist nicht nur nachhaltig, sondern auch sehr informativ durch den Austausch mit Gleichgesinnten. Immer mehr brauchen wir Pflanzen, die gut mit dem Klima in unsrer Region zurechtkommen." so die Veranstalterinnen, die seit 2013 diese Tauschbörse auf dem Bauernmarkt der Lokalen Agenda der VG Wörrstadt anbieten.

Die Idee der Aktion ist einfach: „Bringen Sie Ihre überschüssigen Jungpflanzen oder Samen zum Tauschen mit. Lassen Sie sich beschenken, verschenken Sie ihr überschüssiges Gut. Es darf auch gerne nur mitgenommen werden." Die Veranstaltung unterstützt das Nachhaltigkeitsziele der UN Nr. 12 „Nachhaltiger Konsum". Von 8 bis 11 Uhr können die Pflanzen abgegeben werden. Tauschen oder gerne nur Mitnehmen, solange was da ist.
Die Pflanzenbörse endet um 12 Uhr. Die Teilnahme an der Pflanzenbörse ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Organisatorinnen freuen sich über viel Zuspruch. Freiwillige Spenden gehen an afemdi e.V. für Geburtsurkunden für Frauen in Kamerun. www.afemdi.de

Veranstalterinnen:
Christine Geiger, Gleichstellungsbeauftragte VG Wörrstadt
gleichstellungsbeauftragte@vgwoerrstadt.de;Tel.: 06732-9645280

Conny Schermer, zertifizierte Naturpädagogin Rheinhessen,
www.comscher.de; Tel. 06732/9339897 oder 015154960412,
Mail: comscher@t-online.de

Konflikte verstehen und konstruktiv klären

Gute Gespräche über Schwieriges führen

Wo Menschen zusammen leben und arbeiten, entstehen Konflikte. Oft lassen sie sich leicht ausräumen, manchmal aber verhärten die Fronten. Es wird immer schwieriger, ruhig miteinander zu reden, die Beteiligten leiden unter der zunehmend angespannten Atmosphäre und fühlen sich einer Konflikteskalation beinahe hilflos ausgeliefert. Im Workshop stellen wir Ihnen Modelle vor, um Ursachen und Dynamiken von Konflikten besser zu verstehen. So können Sie früher erkennen, wenn Konflikte entstehen oder bestehende Konflikte mit etwas Abstand und aus anderer Perspektive betrachten. Sie lernen Methoden kennen, Gespräche über Schwieriges so zu führen, dass Sie zu einer konstruktiven Lösung beitragen. Sie erweitern also Ihr Handwerkszeug für einen souveränen Umgang mit Konfliktsituationen.

Inhalte des Seminars:

- Persönliche Vorlieben im Umgang mit Konflikten
- Basiskompetenzen jeder Konfliktklärung
- Die Menschen sind verschieden: Theorie der Persönlichkeit und zwischenmenschlicher Dynamik
- Techniken und Strukturierungshilfen für klärende Gespräche
- Kollegialer Austausch zum Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen

Zielgruppe:

Erwerbstätige und Multiplikator*innen aus ganz Rheinland-Pfalz

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:

Susanne Lörx (Kommunikationspsychologin, Mediatorin BM, Coachin)

In Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Kreisverwaltung Alzey-Worms

MAI

17

Freitag

10:00 – 17:00 Uhr

Kreisverwaltung Alzey-Worms
Ernst-Ludwig-Str. 36
55232 Alzey

Anmeldung bis 03.05.2024 unter www.arbeit-und-leben.de/anmeldung/8931

Das Seminar ist kostenfrei.

Gefördert im Rahmen des Projektes „Fair Pay in Rheinland-Pfalz" durch das Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration RLP (MFFKI).

RheinlandPfalz
MINISTERIUM FÜR FAMILIE, FRAUEN, KULTUR UND INTEGRATION

MAI

25

Samstag

10:00 – 14:00 Uhr

Ratssaal
Verbandsgemeinde Alzey-Land
Weinrufstraße 38, 55232 Alzey

Anmeldung bis 20.05.2024 bei der Gleichstellungsbeauftragten der VG Wörrstadt, Christine Geiger: gleichstellungsbeauftragte@vgwoerrstadt.de

Das Seminar ist kostenfrei.

Verbandsgemeinde Alzey-Land

VERBANDSGEMEINDE WÖRRSTADT

Achtsames Zeitmanagement für Frauen

Praxis-Workshop mit Petra Wunderlich

Foto: Petra Wunderlich

Achtsames Selbst- und Zeitmanagement sind unerlässlich. Eine gesunde Work-Life-Balance ist gerade für viele Frauen von uns nicht selbstverständlich. Meist lieben wir was wir tun und damit auch die Herausforderungen, die damit verbunden sind: Berufliches von Privatem zu trennen bzw. unter einen Hut zu bringen. Und dies fällt uns oft mehr als schwer. Nur durch einen bewussten Umgang mit unseren Ressourcen können wir langfristig produktiv und entspannt arbeiten, ohne unser Wohlbefinden zu gefährden. Natürlich sieht diese Balance zwischen Familie, Business und Freizeit für jede:n von uns anders aus. Struktur, Routinen, Pläne und konsequente Pausen sind aber Wege, mit denen wir eine ausgeglichene Work-Life-Balance erreichen können. Achtsamkeit hilft, das richtige Maß an Selbstfürsorge zu finden. Im Workshop praktizieren wir Übungen und tauschen Erfahrungen aus.

Referentin:
Petra Wunderlich, MBSR zertifizierte systemische Beraterin
chance-perspektivwechsel.de

Veranstalterinnen:
Claudia Stamm, Gleichstellungsbeauftragte der VG Alzey-Land, gleichstellung@alzey-land.de

Christine Geiger, Gleichstellungsbeauftragte VG Wörrstadt
gleichstellungsbeauftragte@vgwoerrstadt.de Tel.: 06732-9645280

jobcenter Alzey-Worms

12. DDT – Infotag
„Diversity – eine berufliche Chance“

Unter diesem Motto findet dieses Jahr der 12. Deutsche Diversity Tag statt. Diversity beginnt schon mit dem Einstieg in den neuen Job. Dabei haben Menschen mit Familienpflichten mit oder ohne Migrationshintergrund die gleichen Chancen für eine berufliche Perspektive. Sprachbarrieren dürfen kein Hemmnis sein. Deshalb bietet das Jobcenter Alzey-Worms auch in diesem Jahr wieder einen Infotag zum beruflichen Wiedereinstieg an. Nutzen Sie daher Ihre Chancen! Informieren Sie dürfen sich auf interessante Vorträge, kreative Workshops und Info-Stände freuen.

Auf einem Markt der Möglichkeiten stehen Fachexpertinnen und Fachexperten zu den Themen beruflicher Anerkennung, Spracherwerb und Kinderbetreuung zur Verfügung. Der Arbeitgeberservice bietet nicht nur vielfältige Jobangebote an, sondern informiert auch über digitale Bewerbungs- und Suchstrategien über social media.

Alle, die eine Orientierung und Beratung für einen erfolgeichen beruflichen Wiedereinstieg suchen, sind herzlich eingeladen.

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Anmeldung: Kerstin Adjalian - Phone: 06731-9507-383
Jobcenter-Alzey-Worms.BCA@jobcenter-ge.de

Veranstalterinnnen:
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters Alzey-Worms, Kerstin Adjalian, in Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Alzey und dem Familienzentrum Monsheim

Besuchen Sie uns ebenso auf unserer Homepage:
www.jobcenter-alzey-worms.de

MAI

28

Dienstag

9:00 – 12:00 Uhr

Eintritt frei

JUNI

8

Samstag

11:00 Uhr

Hauptfriedhof Alzey

Weiterer Termin:

DEZEMBER
15
Sonntag

15:00 Uhr

Ansprechpartnerinnen & weitere Infos:
Hospizverein DASEIN e.V. Alzey, hospizverein.dasein@gmx.de

Gerda Pusch, Tel. 06733-6087, gkpusch@web.de

Wenn ein Kind nicht bleiben konnte ...

Sternenwiese

Der Hospizverein DASEIN e.V. Alzey hat in Zusammenarbeit mit dem Frauenbüro des Landkreises Alzey-Worms das Projekt „Sternenwiese" auf dem Alzeyer Friedhof ins Leben gerufen und die organisatorische und finanzielle Patenschaft übernommen.

Der Verlust eines ungeborenen Kindes in der frühen Schwangerschaft, ist für viele Betroffene ein trauriges und belastendes Ereignis. In dieser Situation sind Frauen und ihre Familien häufig schockiert, emotional sehr aufgewühlt und fühlen sich allein gelassen. Die Trauer der Betroffenen wird häufig nicht ernst genommen, weil das Kind „ja noch so klein war". Und dennoch: die meisten Frauen begleitet die Trauer um das verlorene Kind ein Leben lang. Vielen hilft es bei einer Trauerfeier Abschied nehmen zu können und einen Ort des Gedenkens zu haben, der ihnen Hoffnung und Kraft spendet.

Betroffene und Nahestehende sollen sich von ihren Kindern entsprechend verabschieden können und einen Ort des Gedenkens haben.

Der von den Künstlerinnen Rita Breuder und Regina Pickerodt-Fachinger gestaltete Platz ist als „Weg des Lebens" mit Höhen und Tiefen angelegt. Mit seinen vier Stationen versinnbildlicht er die Elemente Erde, Wasser, Feuer und Luft. Im Rund des Beisetzungskreises liegen 63 Gedenksteine, die zur Erinnerung an ein verstorbenes Kind erworben werden können. (Kontakt Rita Breuder, Tel. 07633/6618)

Hier haben Eltern einen Platz für ihr Kind. Einen Ort, an dem Tränen, Trauer, Wut aber auch Hoffnung und andere Gefühle gelebt werden dürfen, es besteht auch die Möglichkeit zum persönlichen Gespräch.

Die Gedenk- und Bestattungsfeiern finden zweimal jährlich statt, für die Eltern entstehen keine Kosten.

DASEIN

Neu im Rat

Kommunalpolitik ist leider immer noch weitestgehend in Männerhand, dabei ist es gerade für Frauen wichtig sich in die Gremien einzubringen. Der Blick von Frauen auf die Themen im Ort ist ein anderer, da sie viele verschiedene Tätigkeiten miteinander verbinden müssen und daher auf ein gutes Netzwerk und eine gute Infrastruktur angewiesen sind. Im kommunalpolitischen Bereich werden die Stellschrauben für Investitionen im Bauausschuss und im Finanzausschuss gestellt.

Nicht selten hört man das Argument „ich kenne mich doch weder mit dem Haushalt einer Kommune noch mit dem Bauen aus, ich gehe lieber in den Heimat- und Kulturausschuss oder engagiere mich in der Kindertagesstätte". Auf Nachfrage, wer denn in der Familie für die Finanzen zuständig ist, lautet die Antwort von vielen Frauen „ich manage sowohl die Finanzen als auch den Haushalt, einschließlich der Kinderbetreuung und der Organisation von Familienfeiern usw. bei uns zuhause". Und wer kennt die Kindertagesstätte oder die Schule besser als diejenigen, die täglich dort ihre Kinder abgeben.

Daher ist es wichtig, dass Frauen sich in den Ortsgemeinderat einbringen und in die Ausschüsse wählen lassen, wo in den meisten Kommunen über die Vergabe der Haushaltsmittel entschieden wird. Hier können sie ihr umfangreiches Fachwissen einbringen. Kommunalpolitik und Ratsarbeit ist eindeutig Frauensache und die Möglichkeit hier als Mandatsträgerin mitzuarbeiten, sind vielfältig.

In der Veranstaltung sollen die Grundlagen für die mögliche Mitarbeit im Rat an verschiedenen Themen aufgezeigt werden.

Referentin: Dr. Christine Halfman, langjährige Kommunalpolitikerin

SEPTEMBER

5

Donnerstag

17:00 – 20:00 Uhr

Raum 121

Kreisverwaltung Alzey-Worms
Ernst-Ludwig-Straße 36
55232 Alzey

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich bis 29.08.2024 unter frauenbuero@alzey-worms.de oder 06731-4081251

SEPTEMBER

25

Mittwoch

14:30 – 16:30 Uhr

Museum Alzey
Antoniterstraße 41

Anmeldung erforderlich bis 18.09.2024 in der Gleichstellungsstelle unter frauenbuer@alzey-worms.de oder 067314081251

oder

dem Museum Alzey unter 06731/499354 bzw. museum@alzey.de.

ZUM KAFFEE INS MUSEUM

„Geschlechterrollen – Ein Thema von gestern?“

Anhand verschiedener Aspekte und Objekte, wie zum Beispiel Kleidung und Spielzeug, gehen wir der Frage nach, wie sich die Rollenbilder von Mann und Frau verändert haben.

Bei Kaffee und Gebäck gibt es die Möglichkeit, hierzu ins Gespräch zu kommen.

„Die Zyklusshow“

Die „Zyklusshow“ ist eine einzigartige, anschauliche und liebevolle Darstellung des weiblichen Zyklusgeschehens.

Foto: MFM Deutschland

In phantasievollen Rollenspielen begeben sich die 10- bis 12-jährige Mädchen auf eine spannende Entdeckungsreise durch die Geheimnisse ihres weiblichen Körpers.

Weit entfernt von trockener Theorievermittlung oder der mit dem Thema oft verbundenen Peinlichkeit erlernen die Mädchen spielerisch, altersgerecht und in geschütztem Rahmen, wie ein neues Leben entsteht, welche Veränderungen die Pubertät mit sich bringt und warum Frauen ihre Tage bekommen.

Liebevoll wird dem Thema der Raum gegeben, der ihm gebührt. Die Mädchen spüren: „Was in mir vorgeht, ist der reinste Luxus“!

Referentin: Miriam Guinaudeau, MFM Deutschland

Bei einem vorausgehenden Elternabend am 11.09.2024 um 19:00 Uhr informiert die Referentin Miriam Guinaudeau von MFM Deutschland vorab über die Inhalte und Methoden des Workshops.
Der Elternabend ist kostenfrei.

Der Workshop findet in Kooperation mit dem JUKU, Zentrum für soziale Arbeit der Stadt Alzey statt.

MFM Zyklusshow
My Fertility Matters

SEPTEMBER

28

Samstag

9:00 – 15:00 Uhr

JUKU, Zentrum für soziale Arbeit der Stadt Alzey, Römerstraße 18

Kosten: 15 €

Anmeldung erforderlich bis 04.09.2024 unter frauenbuero@alzey-worms.de oder 06731-4081251

oder im JUKU, 06731-495745, oder jana.deubel@alzey.de

© Franziska Greber

3. bis 25. November

WOMEN IN THE DARK
aufruhr des schweigens

WOMEN IN THE DARK – aufruhr des schweigens

Ein internationales und partizipatives Kunstprojekt gegen Gewalt an Frauen von Franziska Greber

Die Schweizer Künstlerin gibt mit WOMEN IN THE DARK Frauen eine Stimme. Sie schreiben ihre Erfahrungen, Hoffnungen und Forderungen mit rotem Permanentstift auf weisse Blusen. Franziska Greber nutzt verschiedene Medien, wie Video, Audio, Textarbeiten und Installationen, um auf das Verborgene, Ignorierte und Verbotene aufmerksam zu machen.

WOMEN IN THE DARK wurde bisher in 8 Ländern umgesetzt, u.a. in Simbabwe, Indien, China und Mauritius. In Deutschland haben rund 150 Organisationen aus 12 Bundesländern landesweit 690 betroffene Frauen ermutigt, ihre Botschaften aufzuschreiben.

Nun sind die Stimmen der Frauen aus Deutschland und anderer Länder vom 3.–25.11.2024 im Burggrafiat Alzey in Installationen der Künstlerin zu sehen und zu hören.

WARBEDE ALZEY
FRAUENNOTRUFE
FACHSTELLE GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT

Frauen und Männer sind gleichberechtigt!
Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Alzey-Worms

NOVEMBER

3

Mittwoch

Vernissage um 14 Uhr

Galerie im Burggrafiat Alzey
Schlossgasse 11
55232 Alzey

Finissage

NOVEMBER

25

Montag

16:00 Uhr

NOVEMBER

29

Freitag

16:00 Uhr

Gedenkstätte KZ Osthofen
Ziegelhüttenweg 38

Erzählcafé in der Gedenkstätte Osthofen

Jedes Jahr an einem Freitag im November laden das Frauenbüro des Landkreises Alzey-Worms und der Förderverein Projekt Osthofen e.V. zu einem Erzählcafé in die Gedenkstätte KZ Osthofen ein.

In zwangloser Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee berichteten Referentinnen/ Referenten zu einem regionalen Thema, die NS-Zeit betreffend mit Frauenbezug. Eingeladen zum Erzählcafé sind alle Interessierten.

Wir freuen uns besonders über generationenübergreifende Gespräche und hoffen sehr, dass auch Großeltern mit Enkeln, Eltern mit ihren Kindern, Lehrkräfte mit Schülerinnen und Schülern kommen, damit ein Stück rheinhessischer Frauen-Geschichte lebendig werden kann.

Beim Erzählcafé gibt es Gelegenheit persönliche Erinnerungen oder überlieferte Geschichten auszutauschen. Ein reger Austausch mit den Besucherinnen und Besucherinnen ist ausdrücklich gewünscht!

Veranstalterinnen:
Gleichstellungsstelle des Landkreises Alzey-Worms und Förderverein Projekt Osthofen e. V.

FÖRDERVEREIN
PROJEKT OSTHOFEN

Es machen mit:

- Abfallwirtschaftsbetrieb der Kreisverwaltung Alzey-Worms
- Arbeit und Leben gGmbH
- Bali-Kino Alzey
- Diakonisches Werk Rheinhessen
- Warbede Frauennotruf Alzey
- Förderverein Projekt Osthofen e.V.
- Gleichstellungsstelle/Frauenbüro Landkreis Alzey-Worms
- Gleichstellungsbeauftragte der Verbandsgemeinden
- Hospizverein DASEIN e.V. Alzey
- IT Management Kreisverwaltung Alzey-Worms
- Jobcenter Alzey-Worms
- JUKU - Zentrum für Soziale Arbeit der Stadt Alzey
- Land Frauen Verband Rheinhessen e.V.
- Rheinhessische Autorengruppe Landschreiber
- MFM My fertility matters Deutschland e.V.
- Museum Alzey
- RWO Alzey und andere Vereine

... und viele engagierte Frauen

MÄDCHENFUSSBALL

Grundschulmeisterschaften

Datum/Uhrzeit: Juni/Juli 2024
(genaues Datum entnehmen Sie der Presse)

Teilnehmerinnen:
Mädchen der 3. und 4. Klassen
der Grundschulen der Stadt Alzey

Veranstalterinnen: SG RWO Alzey

Weiteres Angebot für
Mädchen der VG Wöllstein/
Pfaffen-Schwabenheim
(mit Unterstützung
verschiedener Vereine)

Infos:
Bärbel Petzold,
Telefon: 06731-8651

WARBEDE ALZEY
FRAUENNOTRUFE
FACHSTELLE GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT

Wer kann sich an den Warbede Frauennotruf – Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt wenden?

Der Warbede Frauennotruf unterstützt Frauen und Mädchen ab 14 Jahren, die sexualisierte Gewalt erlebt haben. Wenn Sie selbst betroffen sind, einer Betroffenen nahe stehen und ihr helfen möchten oder wenn Sie im Rahmen Ihrer beruflichen Tätigkeit mit Betroffenen zu tun haben, dann finden Sie bei uns Unterstützung.

Was bietet der Warbede Frauennotruf?

Für Betroffene

- Beratung: Im geschützten Rahmen können Sie über die Auswirkungen der sexualisierten Gewalterfahrung sprechen. Gemeinsam können individuelle Lösungswege erarbeitet werden.
- Krisenintervention: Wir unterstützen Sie in Krisensituationen und suchen mit Ihnen nach Auswegen.
- Unterstützung im Strafverfahren: Wenn Sie nicht wissen, ob Sie eine Strafanzeige erstatten wollen, bieten wir Entscheidungshilfen und Wissensvermittlung.
- Bedarfsgerechte Weiterverweisung: Wir verfügen über eine umfangreiche Adresskartei und sind mit vielen Einrichtungen vernetzt.

Sie entscheiden selbst, worüber Sie reden und wobei Sie unterstützt werden möchten. Das Beratungsangebot ist kostenlos. Wenn Sie möchten, können Sie anonym bleiben. Die Mitarbeiterinnen unterliegen der Schweigepflicht.

Für Bezugspersonen

- In der Beratung können Sie in aller Ruhe klären, welche Schritte für Sie und die betroffene Frau hilfreich sind.
- Wir unterstützen Sie, einen guten Umgang mit den eigenen Belastungen zu finden.
- Wir informieren Sie über übliche Folgereaktionen nach einem sexuellen Übergriff.

Für Fachkräfte

- Fachsupervision und Fachberatung und Fortbildungen

Kontakt:

Warbede Frauennotruf Alzey · Ernst-Ludwig-Str. 43 · 55232 Alzey
Fon: 06731 484 124 1 · Mail: alzey@warbede.de · www.warbede-frauennotrufe.de

Seminar / 1 Tag

Toll, endlich alle miteinander

Land Frauen
Verband Rheinhessen e.V.

Zusammenarbeit im Vorstandsteam erfolgreich gestalten

In ehrenamtlichen Führungsgremien ist die Teamarbeit schon fast selbstverständlich und oftmals der einzige Weg sich für Vorstandsverantwortung zu entscheiden. Alles was es braucht, ist zu wissen wie Teamarbeit funktioniert um erfolgreich und glücklich sein Ehrenamt gestalten zu können.

Inhalte:

- Vor und Nachteile von Teamarbeit
- Erfolgsfaktoren für die Teamarbeit
- Wie Teams ticken – Phasen der Teamentwicklung
- Stärken und Rollen im Team
- Aufgaben und Verantwortung sinnvoll teilen
- Kommunikation und Konfliktkultur

Referentin:	**Helma Ostermayer** – Sozialpädagogin, Coach, Trainerin
Zielgruppe:	Vorstandsmitglieder, Mitglieder, Interessierte
Termin:	Samstag, 06. April 2024, 9:30 bis 16:30 Uhr
Ort:	Haus der Landwirtschaft, Otto-Lilienthal-Str. 4, 55232 Alzey, Sitzungssaal
Teilnahmegebühr:	kostenfrei für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder) bitte die Teilnahmegebühr in der Landesgeschäftsstelle nachfragen, T 06731-5495100 · E-Mail: info@landfrauen-rheinhessen.de
Verköstigungspauschale:	18,– € für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder) Die Verköstigungspauschale bitte auf das Gebührenkonto des LFV Rhh. e. V. überweisen. Kontodaten: MVB, BIC: MVB MDE 55, IBAN: DE21 5519 0000 0891 0450 31 Bitte das Kennwort: **TEAM** plus Ihren Namen und Ihren Ortsverein angeben, sofern Sie Mitgliedsfrau sind.
Anmeldung:	ab sofort bis spätestens 29.03.2024
Veranstalterin:	Land Frauen Verband Rheinhessen e. V.

Workshop / 1 Vormittag

Keine Angst vor der eigenen Macht – tue einfach mächtig Gutes

in Beziehungen/im Beruf/im Ehrenamt

Macht klingt nach Kontrolle, der Begriff „Machtmissbrauch“ kommt einem schnell und oftmals als erstes in den Sinn. Macht hat geschlechterspezifisch unterschiedliche Ausprägungen und Wesenszüge. Macht wird bestenfalls verhandelt. Doch Macht regelt unser Miteinander im Großen, wie im Kleinen. Macht kann Gutes bewirken und ist in unserer Gesellschaft allgegenwärtig, ob in der Familie, in der Partnerschaft oder im Beruf und in unserer ehrenamtlichen Tätigkeit. **Wer hat Macht? – Wer braucht Macht? – Wer will Macht? – Was hat Macht mit Mut zu tun?**

Inhalte:
die wesentlichen Merkmale von Macht kennenlernen • Machtstrukturen erkennen •
der positive Umgang mit Macht / Verantwortung und Erfolg

Workshop mit Input, Übung, Austausch und Reflexion

Referentin:	**Katharina Drach** – Kommunikationstrainerin
Zielgruppe:	Mitglieder und Interessierte, generationsübergreifend Frauen in ehrenamtlicher und/oder politischer Verantwortung
Termin:	Samstag, 15. Juni 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr
Ort:	Haus der Landwirtschaft, Otto-Lilienthal-Straße 4, 55232 Alzey, Sitzungssaal
Teilnahmegebühr:	kostenfrei für Mitglieder / 46,– € für Gäste (Nichtmitglieder)
Verköstigungspauschale:	14,– € für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder) Die Gebühr+Verköstigungspauschale bitte auf das Gebührenkonto des LFV Rhh. e. V. überweisen. Kontodaten: MVB, BIC: MVB MDE 55, IBAN: DE21 5519 0000 0891 0450 31 Bitte das Kennwort: **MACHT** plus Ihren Namen und Ihren Ortsverein angeben, sofern Sie Mitgliedsfrau sind.
Anmeldung:	ab sofort bis spätestens 10.06.2024
Veranstalterin:	Land Frauen Verband Rheinhessen e. V.

Workshop / 1 Nachmittag

Netzwerken – macht Spaß und ist wichtig gerade für Frauen

in Familie/im Beruf/im Ehrenamt

Netzwerke sind entstanden in früheren Jahrhunderten – unter anderem – als erworbene Zugehörigkeit in Zünften oder in Glaubensgemeinschaften, in exklusiven (Herrn-) Clubs und existieren in festen Konstellationen zum Teil bis heute. Netzwerke entstehen heute – auch – durch die intensive Pflege von Beziehungen, selbstgewählten Mitgliedschaften in Vereinen und Parteien u.v.m. zu Netzwerken bedeutet in unserer Gesellschaft dazu zu gehören, up to date zu sein, mit zu gestalten und präsent zu sein. Gerade Frauen scheinen dafür ein Händchen zu haben. Wie wir erfolgreich und souverän netzwerken, gerade in ehrenamtlicher Verantwortung, ist erlernbar. Hol Dir wichtige Tipps und probiere es einfach aus!

Inhalte:
Netzwerke definieren • Ziele und Möglichkeiten erfassen • Faktoren und Fähigkeiten für gutes Netzwerken kennenlernen • Netzwerken Frauen anders als Männer?

Workshop mit Input, Übung, Austausch und Reflexion

Referentin:	**Katharina Drach** – Kommunikationstrainerin
Zielgruppe:	Mitglieder und Interessierte, generationsübergreifend Frauen in ehrenamtlicher und/oder politischer Verantwortung
Termin:	Freitag, 28. Juni 2024, 16:00 bis 19:00 Uhr
Ort:	Haus der Landwirtschaft, Otto-Lilienthal-Straße 4, 55232 Alzey, Sitzungssaal
Teilnahmegebühr:	kostenfrei für Mitglieder / 44,– € für Gäste (Nichtmitglieder)
Verköstigungspauschale:	8.– € für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder Die Gebühr+Verköstigungspauschale bitte auf das Gebührenkonto des LFV Rhh. e. V. überweisen. Kontodaten: MVB, BIC: MVB MDE 55, IBAN: DE21 5519 0000 0891 0450 31 Bitte das Kennwort: **NETZWERK** plus Ihren Namen und Ihren Ortsverein angeben, sofern Sie Mitgliedsfrau sind.
Anmeldung:	ab sofort bis spätestens 21.06.2024
Veranstalterin:	Land Frauen Verband Rheinhessen e. V.

Workshop / 1 Tag / 1 Abend

Öffentlichkeitsarbeit – Führen und Leiten im Verein

Land Frauen
Verband Rheinhessen e.V.

Veranstaltungsreihe für neue Ideen, Austausch, Tipps und mehr Sichtbarkeit Ihres Vereins

Von Februar bis Mai 2024 erwarten Sie insgesamt fünf spannende Workshops, darunter vier Online- und eine Präsenz-Veranstaltung. In jedem der vier zweistündigen Online-Workshops erhalten Sie wertvolle Impulse, theoretische Grundlagen und konkrete Beispiele rund um die Themen Öffentlichkeitsarbeit und Führen und Leiten in Ihrem Verein.

Darüber hinaus gibt es Raum und Zeit, um Ihre persönlichen Fragen zu den Themen zu klären und Sie haben die Möglichkeit, im Austausch mit anderen LandFrauen neue Ideen und Strategien zu entwickeln, die Ihrem Verein frische Impulse verleihen.

Die Veranstaltungen sind so aufgebaut, dass Sie kompaktes theoretisches Wissen erhalten, gefolgt von praxisorientierten Anwendungen, Ihren Fragen und einem verbandsweiten Erfahrungsaustausch.

Wir laden Sie herzlich ein, diese Gelegenheit zu nutzen, um Ihre Vereinsarbeit zu optimieren und frische Ideen in die Tat umzusetzen. Seien Sie dabei und gestalten Sie die Zukunft Ihres Vereins aktiv mit. Sie können einzelne Termine oder die gesamte Kursreihe besuchen.

Themen:

- Neue Ideen finden – Projekte planen und umsetzen
- Veranstaltungen & Angebote effektiv bewerben
- WhatsApp-Marketing & Social Media für Vereine
- Termine und Sitzungen – effektiv gestalten:
- Jung & Alt gemeinsam. Generationenübergreifend zusammenarbeiten

WORKSHOPS:

Samstag, 24. Februar 2024, Präsens

Neue Ideen finden – Projekte planen und umsetzen

Entdecken Sie kreative Ansätze, um frische Ideen zu generieren und erfolgreich Projekte zu planen und umzusetzen. Tauchen Sie in einen kreativen Prozess ein und entwickeln Sie innovative Projekte für Ihren Verein.

Beginn/Ende: 10:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Haus der Landwirtschaft, Otto-Lilienthal-Straße 4, 55232 Alzey, Sitzungssaal

Verköstigungspauschale: 18,– € für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder)

Donnerstag, 07. März 2024, Online via Zoom

Veranstaltungen & Angebote effektiv bewerben

Erfahren Sie, wie Sie Ihre Veranstaltungen und Angebote wirkungsvoll bewerben und somit mehr Teilnehmerinnen und Gäste erreichen können.

Donnerstag, 21. März 2024, Online via Zoom

WhatsApp-Marketing & Social Media für Vereine

Erforschen Sie die Möglichkeiten von WhatsApp-Marketing und Social Media, um Ihren Verein in der digitalen Welt zu präsentieren. Entwickeln Sie eine präsenzstarke Online-Strategie und nutzen Sie moderne Kommunikationsmittel.

Donnerstag, 11. April 2024, Online via Zoom

Termine und Sitzungen – effektiv gestalten

Entdecken Sie, wie Sie Termine und Sitzungen in Ihrem Verein optimal organisieren. Lernen Sie praxiserprobte Methoden für einen strukturierten Zeitplan kennen, der sicherstellt, dass alle Mitglieder aktiv teilnehmen. Von der Planung bis zur Umsetzung erfahren Sie, wie Sie produktive Sitzungen gestalten und den Austausch im Verein fördern können.

Donnerstag, 25. April 2024, Online via Zoom

Jung & Alt gemeinsam: Generationenübergreifend zusammenarbeiten

Erfahren Sie, wie Sie Generationen übergreifend im Verein erfolgreich zusammenarbeiten können. Entdecken Sie die Stärken jedes Alters und lernen Sie, wie unterschiedliche Generationen voneinander profitieren können.

Referent*innen:	**Lisa Hofmann** – Veranstaltungs- und Projektmanagerin **Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes des LFV Rhh. e. V.**
Termine:	Workshops: März bis Mai 2024 (siehe Ausschreibung)
Beginn/Ende:	19:00 – 21:00 Uhr
Teilnahmegebühr:	kostenfrei für Mitglieder / für Gäste (Nichtmitglieder) bitte die Teilnahmegebühr in der Landesgeschäftsstelle nachfragen
Anmeldung:	ab sofort bis spätestens 5 Werktage vor jeweiligem Veranstaltungstermin Infos zur Teilnahme via Zoom als auch die Zugangsdaten erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung und erfolgter Überweisung der Teilnahmegebühr. Für Fragen stehen die Damen der Geschäftsstelle Ihnen gerne zur Verfügung! Fon: 06731-5495100 · E-Mail: info@landfrauen-rheinhessen.de
Veranstalterin:	Land Frauen Verband Rheinhessen e. V.

Land Frauen
Verband Rheinhessen e.V.

OMAS GEGEN RECHTS

OMAS GEGEN RECHTS in Deutschland wurde am 27. Januar 2018 auf Facebook gegründet, inspiriert von der schon seit November 2017 in Wien/Österreich existierenden Gruppe **OMAS GEGEN RECHTS**. Es ist eine zivilgesellschaftliche überparteiliche Initiative.

OMAS GEGEN RECHTS jetzt auch in Alzey
In Alzey kommt es immer wieder zu Aufmärschen von Rechten/Neo-Nazis. Mit unserer Ortsgruppe **OMAS GEGEN RECHTS** Alzey möchten wir den rechten Gruppierungen ein Zeichen für Vielfalt und Demokratie entgegensetzen.

Dafür stehen wir:
- für Demokratie und Vielfalt - parteiübergreifend
- für die Vielfalt aller Kulturen und Nationalitäten
- für Toleranz und ein respektvolles Miteinander
- für die Erhaltung der demokratischen Grundwerte
- für einen verantwortungsvollen Umgang mit der Umwelt

Wir engagieren uns:
- gegen rechtspopulistische Strömungen
- gegen Ausgrenzung von Menschen mit Migrationshintergrund
- gegen jegliche Stigmatisierung
- gegen alle Formen von Gewalt

OMAS GEGEN RECHTS ALZEY

Omas gesucht!

Noch sind wir eine kleine Gruppe. Aber je mehr wir sind, desto mehr können wir erreichen. Wenn du bei **OMAS GEGEN RECHTS** in Alzey mitmachen willst, schreibe uns: **omasgegenrechts-alzey@web.de**

Weitere Informationen:
www.omasgegenrechts-alzey.de
www.omasgegenrechts-deutschland.org

LGBT*I*AQ + Beratung

Das queere Beratungsangebot ist ein neues Angebot des Warbede Frauennotrufs-Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt in Alzey und der Peerberatung der dgti e. V. (Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität). Es richtet sich an queere Personen jeden Alters, die sich Unterstützung wünschen. Neben den queeren Personen bieten wir auch Beratung für Familien mit queeren Kindern und Jugendlichen, insbesondere bei Fragen zu TIN*(Trans*, Inter*, Nichtbinär).

Wir beraten zu Fragen:

- der sexuellen und geschlechtlichen Identität,
- des Coming-outs,
- der Transition und der Personenstandsänderung,
- der Schwangerschaft und queerer Familienmodelle.
- die für dich jetzt gerade dringend sind und bei denen du Hilfe in Anspruch nehmen möchtest.

Die Beratung ist selbstverständlich vertraulich und findet in einem queeren Safe-Space-Setting statt.

Wo finde ich die queere Beratungsstelle?
Im Warbede Frauennotruf, Ernst-Ludwig-Straße 43, Alzey

Wie melde ich mich an?
Mail: **heik.zimmermann@dgti.org**
Du kannst dich gerne auch anonym anmelden. Tin*Personen können mitteilen, wie sie angesprochen werden wollen!

Wer berät mich eigentlich?
Die Beratung wird von Heik Zimmermann angeboten. Heik Zimmermann ist Koordinationsleitung* des Kompetenzzentrum Trans* und Diversität, einer Projektstelle der dgti (Deutsche Gesellschaft für Transidentität und Intersexualität e. V.) in Frankfurt, die professionalisierte tn*Beratung anbietet.

Heik Zimmermann hat vor 7 Jahren den ersten Elterntreff für Eltern mit lgbt*i*aq+ Kindern/Jugendlichen in RLP gegründet und berät dort im Schwerpunkt Sorgeberechtigte mit tn*Kindern.

Wann gibt es die Möglichkeit der Beratung?
Die Beratung findet **alle zwei Monate montags jeweils zwischen 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr** statt.
Die konkreten Termine für 2024 könnt ihr gerne erfragen.

JUKU offen - miteinander - leben
ZENTRUM FÜR SOZIALE ARBEIT DER STADT ALZEY

FRAUEN-CAFÉ

montags: 9:00 bis 12:00 Uhr im JUKU

Anmeldung: Das Frauen-Café ist ein offenes Angebot. Einfach vorbeikommen und mitmachen

Beim interkulturellen Frauen-Café treffen sich Frauen im JUKU, um sich in gemütlicher Runde auszutauschen. In geschütztem Rahmen haben sie die Möglichkeit Kontakte zu knüpfen. Wir bieten auf Wunsch Unterstützung bei der Job-, Ausbildungs- und Praktikumssuche sowie bei individuellen Anliegen. Unter anderem findet aktuell ein Nähangebot statt. Hier unterstützt eine erfahrene Schneiderin kleine Ausbesserungen sowie die Umsetzung eigener Nähideen. Wir richten unser Angebot nach Euren Interessen aus. Möglich sind weitere Projekte wie zum Beispiel Kochen, Backen, Sport, Ausflüge und kreative Kunstprojekte.

MÄDELSABEND- OFFENER TREFF

mittwochs 17:00 bis 19:00 Uhr im JUKU

Anmeldung: Der Mädelsabend ist ein offenes Angebot für junge Frauen ab 14 Jahren. Einfach vorbeikommen und mitmachen.
Der Mädelsabend bietet Mädchen und jungen Frauen einen Treffpunkt in einem geschützten Rahmen um ihre Freizeit nach ihren Interessen und Wünschen zu gestalten. Zum Beispiel Billard oder Darts spielen, Kickern oder einfach nur chillen, sich zurückziehen, Musik hören und mal eine Cola trinken. Unsere fachlich qualifizierten Betreuerinnen haben immer ein offenes Ohr und bei Bedarf vermitteln wir auch an weitere Beratungshilfen. Wir ermöglichen Workshops zu verschiedenen Themen wie beispielsweise Sport, Tanzen oder Selbstverteidigung. Zudem unterstützen wir bei Schulproblemen und können bei der Suche nach einer Arbeitsstelle oder einem Praktikumsplatz helfen.

Kontaktdaten JUKU Frauen- und Mädchenarbeit:
www.juku-alzey.de · Frauenarbeit@alzey.de · 06731 / 495745
JUKU, Zentrum für soziale Arbeit der Stadt Alzey · Römerstraße 18 · 55232 Alzey

INTEGRATIVE LERNFÖRDERUNG

montags, dienstags, donnerstags: 14.15- 16.30 Uhr im JUKU

Fragen und Anmeldung: Jana Deubel 0172-3808850; 06731-495745

Die integrative Lernförderung ist speziell an Mütter mit ihren Kindern in der Grundschulphase gerichtet. In gemütlicher Atmosphäre werden die Mütter bei der Lern- u. Hausaufgabenbegleitung nach Bedarf angeleitet und unterstützt. Die Integrative Lernförderung dient als Hilfe zur Selbsthilfe.

Ziel ist die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Mütter, welche durch die intensive Betreuung, Zuwendung und individuelle Förderung angeregt wird. Dies wirkt sich positiv auf das Erlernen der deutschen Sprache, den Alltag sowie den schulischen als auch beruflichen Erfolg der Familien aus.

SPRACHTREFF

montags, freitags 14:00-16:00 Uhr im JUKU

Anmeldung: Der Sprachtreff ist ein offenes Angebot. Einfach vorbeikommen und mitmachen.

Der Sprachtreff richtet sich an alle Frauen, die Deutsch als Zweitsprache erlernen. In einem geschützten Rahmen wird das theoretische Sprachwissen praktisch durch das „freie Sprechen" geübt und angewendet. Zudem ergeben sich innerhalb der Gruppe soziale Kontakte. Durch die professionelle Begleitung einer erfahrenen Lehrerin wird Hilfestellung bei Alltagsanforderungen wie z.B. Terminvereinbarungen, Antragsbearbeitung angeboten und Lernstoff wird lebensnah umgesetzt. Der Sprachtreff ist eine Chance, das bisher Erlernte in der Zeit zwischen den offiziellen Sprachkursen nicht zu vergessen und zudem eine gute Überbrückung, falls die Frauen sich auf der Warteliste für den nächsten Sprachkurs befinden. Parallel zum Sprachtreff finden weitere Angebote im JUKU statt. So kann nach Absprache eine Kinderbetreuung genutzt werden.

Kontaktdaten JUKU Frauen- und Mädchenarbeit:
www.juku-alzey.de · Frauenarbeit@alzey.de · 06731 / 495745
JUKU, Zentrum für soziale Arbeit der Stadt Alzey · Römerstraße 18 · 55232 Alzey

MÄDCHENTREFF

freitags 14:00-16:00 Uhr JUKU

Fragen und Anmeldung:
Natalie Wagner Tel: 06731 / 495740

Jeden Freitag haben Mädchen (9 -12 Jahre) die Möglichkeit, die Räumlichkeiten und Spielangebote des Hauses nur für sich zu nutzen.

Neben den „klassischen" Angeboten des JUKUs wie Kicker, Darts, Billard, wird den Mädchen ein nach ihren Wünschen gestaltetes Programm angeboten zum Beispiel. Kochen, Basteln, Werken, Tanzen.

Die Wohlfühlatmosphäre einer reinen Mädchengruppe sorgt für ein Gemeinschaftsgefühl und die freie Entfaltung der Fähigkeiten der Mädchen. Die Teilnehmerinnen entdecken ihre verborgenen Ressourcen, die ihnen helfen den Alltagsstress zu bewältigen. Mit fachlicher Begleitung können sie Strategien für den Umgang mit Konflikten, mit Selbstzweifeln und Unsicherheiten umgehen lernen.

Kontaktdaten JUKU Frauen- und Mädchenarbeit:
www.juku-alzey.de · Frauenarbeit@alzey.de · 06731 / 495745
JUKU, Zentrum für soziale Arbeit der Stadt Alzey · Römerstraße 18 · 55232 Alzey

Samstag, 06.07.2024, 16 – 18.30 Uhr

Labyrinth-Platz, Framersheim

Anmeldung bis 03.07. bei utewiedel@posteo.de oder T. 0151 50126391

Gebühr: 10 €

Sommersingen

Mit Ute Wiedel & Birgit Zimmer

Inmitten der Fülle der blühenden Natur – über uns die Weite des Himmels – singen wir gemeinsam einfache Seelen- und Heilungslieder! Sie schenken uns Freude und Frieden – wir finden zu uns selbst und zueinander!

Ute und Birgit leiten seit über 13 Jahren einen offenen Singkreis in Mainz-Finthen.

Bitte mitbringen: Sitzunterlage, wetterangepasste Kleidung, etwas zu trinken.

Fotos: Labyrinthgruppe Framersheim

Kreistänze für Frauen

Mit Ulla Stier, Kreistanzlehrerin

Im Tanzkreis, meinem Lieblingsort, bewegen wir uns beschwingt oder ruhig um eine gemeinsame Mitte. Wir tanzen einfache Kreis- und Reihentänze auf Mutter Erde, die uns trägt. Ihre Wirkung entfalten sie, durch die sich wiederholenden, einfachen Schrittfolgen, deshalb ist Tanzerfahrung nicht notwendig.

Foto: Labyrinthgruppe Framersheim

Labyrinth-Tanz zur Sonnenwende

Der Faden der Ariadne

Ich tanze meinen Lebensfaden durch die Windungen des Labyrinths – mitten ins Herz. Und in der Mitte muss ich mich wenden, wie sich die Sonne in diesen Tagen wendet. Wir tanzen gemeinsam in das Labyrinth hinein. In der Mitte tanzen wir Kreistänze zur Sonnenwende, um die sommerliche Fülle und das Feuer zu feiern. Ergänzt wird der Nachmittag mit Mythen zum Labyrinth.

Samstag, 29.06.2024, 15 – 19 Uhr

Labyrinth-Platz, Framersheim

Gebühr: 25 €

Tänze in die dunkle Zeit

Das Licht zieht sich zurück und führt uns zu den inneren Schätzen. Mit den Tänzen verabschieden wir was zu Ende gegangen ist und stimmen uns auf die dunkle Zeit und den inneren Rückzug ein.

Samstag, 02.11.2024, 13 – 17 Uhr

Rathaus Framersheim, Schlossstraße 1

Gebühr: 25 €

Weitere Informationen: www.labyrinthplatz.com

EIN-KLANG II / Workshop und Performance

Tanz- und Bewegungsworkshop für Erwachsene mit oder ohne tänzerische Vorkenntnisse. Wer sich gerne in einer Gruppe bewegt und abschließend das Ergebnis im öffentlichen Raum zeigen möchte, ist hier genau richtig.

In der Musik bedeutet Einklang das Zusammenspiel von zwei oder mehr Tönen auf derselben Tonhöhe oder im Oktavabstand.

Eine allgemeinere Definition besagt: ein Zustand, in dem sich mindestens zwei Dinge miteinander so vereinbaren lassen, dass sie nicht widersprüchlich sind.

Bei diesem Workshop werden wir uns von dieser Idee leiten lassen und daraus eine Bewegungs-Performance entwickeln.

Projektleitung:
Karoline Röhr, www.karoline-roehr.de

Samstag, 29.06.2024
11:00 – 18:00 Uhr

Performance
ab ca. 18:30 Uhr

Theater Streu Licht,
Friedrich-Ebert-Straße 30
Schornsheim

Die Gruppengröße ist begrenzt.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Um verbindliche Anmeldung wird gebeten.

Info & Anmeldung bis spätestens 14. Juni 2024 bei Karoline Röhr: info@karoline-roehr.de oder Tel. 0611 184 0 592

Foto: Annika Wehrle

Die Geschichte von Kalif Storch

Familienkonzert für alle ab 6 Jahren

mit
Martina Greis, Solo-Klarinette
Joachim Lösch, Erzähler
Fryderyk Jona, Technik

Diese musikalische Version des Märchens um einen abenteuerlustigen Kalifen wird ein Erlebnis für die ganze Familie sein.

Foto: Martina Greis

Kalif Chasid und sein Großwesir überlegen verzweifelt: Mmiii ... Mmaaa ... Mmuuu ... wie hieß nochmal das Zauberwort, das uns Störche wieder in Menschen zurückverwandelt?

Gemeinsam erleben wir die magische Verwandlung der beiden Abenteurer.

Wir tanzen einen Storchentanz, bejubeln den neuen Kalifen von Bagdad und belauschen ein Schurkentreffen in einem verfallenen Schloss.
Die Klarinettistin Martina Greis hat Wilhelm Hauffs Kunstmärchen mit wunderbaren Musikstücken für Klarinette unterlegt – eine gute Gelegenheit, auch dieses vielseitige und virtuose Instrument kennenzulernen!

Veranstalter:
Musikschule des Landkreises Alzey-Worms

THEATER STREU LICHT

Sonntag, 30.06.2024, 17:00 Uhr

Dauer: 45 Minuten ohne Pause

Eintritt: Kinder € 6, Erwachsene € 12

Theater Streu Licht,
Friedrich-Ebert-Straße 30
Schornsheim

Reservierungen:
ans@theater-streu-licht.de

www.theater-streu-licht.de

50 Jahre Musikschule des Landkreises Alzey-Worms seit 1974

Literarische Nächte

mit der rheinhessischen Autorengruppe Landschreiber

Sie leben in Rheinhessen und sind schreibend und lesend auch über dessen Grenzen hinaus unterwegs.

Regelmäßig treffen sich die sieben Landschreiber - Gerdy Bormet (Alzey), Eberhard Gladrow (Saulheim), Ulla Grall (Armsheim), Uwe Jung (Rommersheim), Karin Kinast (Armsheim), Bärbel Triebel (Heimersheim) und Roswitha Wünsche-Heiden (Erbes-Büdesheim) - um sich gegenseitig vorzulesen, was ihnen zum verabredeten Thema eingefallen ist. Dabei wird bearbeitet, kritisiert, verbessert... und es entstehen sieben Texte, so unterschiedlich wie die AutorInnen.
Geschrieben wird mal ernst, mal heiter, meistens in Hochdeutsch, manchmal mit Anklängen von Uwes Rheinhessisch, dem heimatlichen Österreichisch von Karin oder - Bärbels Spezialität - „Ruhr(s)pöttisch".

Zweimal im Jahr kommen die Landschreiber zur Frühjahrs- und zur Herbstlesung in die Kuhkapelle des Heidenhofs in Erbes-Büdesheim.
Bei Wein und Snacks kann man hier Kostproben ihres Schaffens genießen.

Donnerstag, 25. April 2024, 20 Uhr

Frühjahrslesung: **"Wortspiel"**

Freitag, 4. Oktober 2024, 20 Uhr

Herbstlesung: **"Verwechslung"**

Heidenhof, Erbes-Büdesheim, Bechenheimer Weg 1

Anmeldung bei:
Roswitha Wünsche-Heiden Tel. 06731/ 42228
wuensche-heiden@web.de

Rheinhessische Autorengruppe
Landschreiber

Eintritt: 10,-EURO icl. Begrüßungsschluck
Einlass jeweils 19:30 Uhr
Wegen der begrenzten Anzahl von Sitzplätzen
Ist eine Voranmeldung unbedingt notwendig!

Veranstalter:
Theaterabteilung des Landfrauenvereins
Erbes-Büdesheim

Weitere Termine auf der Webseite: www.landschreiber-rheinhessen.de

Qi-Gong im Park 2024

Zusammen üben unter freiem Himmel – eine bundesweite Aktion der Deutschen Qi-Gong Gesellschaft!

In Biebelnheim und Flonheim gibt es zwar keine großen Parkanlagen – aber schöne Plätze in der Natur mit und ohne Schatten, mit Ausblick über Dörfer, Felder und Weinberge – in Biebelnheim sind auch meistens unsere Zwergschafe in der Nähe ...

Als ausgebildete Qi-Gong Lehrerin lade ich - Ruth Hammer - alle interessierten Frauen und Männer ein, mitzumachen und die leichten, fließenden Bewegungen aus dem Qi-Gong auf sich wirken zu lassen. Ganz ohne Leistungsanspruch wird unser Ziel sein, Körper, Geist und Seele gut zu tun und erfrischt und mit heiterer Gelassenheit in den Alltag zurückzukehren.

Egal ob Neuling oder schon lange dabei – alle können mitmachen.

Termine:

Flonheim
Vor dem Naturfreundehaus Schauinsland

Kostenfreies erstes Treffen:
Donnerstag, den 25. April 19:30 – 20:30 Uhr

anschließend regelmäßig donnerstags,
Unkostenbeitrag: 8,-€

Biebelnheim
Auf der Streuobstwiese; Treffpunkt: Mühlweg 1

Kostenfreies erstes Treffen:
Montag den 29. April 2024, 19:30 – 20:30 Uhr

anschließend regelmäßig montags,
Unkostenbeitrag: 8,-€

Bei Regen oder starkem Wind fallen die Treffen aus.

Für Rückfragen und Infos bzgl. weiterer Termine bitte Kontakt aufnehmen mit
Ruth Hammer, Qi-Gong Lehrerin bei der DQGG,
Tel. 01708415482 oder E-Mail: r.hammer.qi@t-online.de

Foto: Ruth Hammer

FSH Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.
Frauenselbsthilfe Krebs
mutig bunt aktiv

Frauenselbsthilfe Krebs

Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e. V.
Gruppe Alzey

Antje Cramer
E-Mail: fsh.alzey@web.de
Telefon: 06731-43565

Brigitte Huth
E-Mail: fsh_alzey@web.de
Telefon: 06732-951901

Gruppentreffen:
Jeden 1. Mittwoch im Monat
Mehrgenerationenhaus Alzey
Schlossgasse 13
55232 Alzey

Hilfe bei Gewalt in Ehe, Familie und Partnerschaft

Gewalt in der Familie und anderen sozialen Beziehungen **ist keine Privatsache.**

Es gibt einen Weg aus der Gewalt...

...für alle

Gewalt umfasst alles, was die Würde, die Selbstachtung und die Grundrechte eines Menschen verletzt. Das heißt, wenn Sie von Ihrem Ehemann, Partner, oder Expartner z.B.

- körperlich oder seelisch misshandelt,
- geschlagen,
- verletzt,
- terrorisiert (Stalking) - telefonisch, am Arbeitsplatz, per SMS etc.
- bedroht,
- eingesperrt,
- gefangen gehalten,
- zu sexuellen Handlungen gezwungen,
- vergewaltigt

wurden oder werden.

Es ist Ihr Recht, sich zu wehren und sich selbst und Ihre Kinder zu schützen

Wichtige Informationen dazu:

- www.rigg.rlp.de
- www.hilfetelefon.de
- www.frauenrechte.de
- www.frauen-gegen-gewalt.de
- www.gewaltschutz.de
- www.gewalt-ist-nie-ok.de

Gewalt in der Familie ist die verbreitetste Verletzung der Menschenrechte weltweit!

Wenn Sie von Gewalt bedroht oder betroffen sind, holen Sie sich Hilfe!

Polizei	110	0 67 31 911-0
Interventionsstelle gg. Gewalt in engen sozialen Beziehungen (IST) Alzey im Diakonischen Werk		0 67 31 99 68 15
Frauennotruf Alzey		0 67 31 484 1241
Frauenhäuser		
Kirchheimbolanden		0 63 52 41 87
Worms		0 62 41 4 35 91
Mainz		0 61 31 27 92 92
Bad Kreuznach		06 71 4 48 77
Weißer Ring e.V.		0 152 590 605 38
Institut für Rechtsmedizin Uni Mainz		0 61 31 393 73 87
Opfer- u. Täterhilfe Rhh. e.V.		0 61 31 287 77 78
Hilfetelefon Gewalt gg. Frauen		0800 0 116 016
Soforthilfe b.psych. Trauma		02 61 404 14 81
Kreisverwaltung Alzey-Worms		
Gleichstellungsstelle		0 67 31 408 12 61
Jugendamt		0 67 31 408 54 61
Gesundheitsamt		0 67 31 408 70 77

Alle diese Stellen stehen in engem Kontakt zu weiteren Beratungsstellen, die Ihnen Unterstützung anbieten können.

Wir helfen, Gewalt in der Familie zu überwinden.

Runder Tisch gegen Gewalt
in engen sozialen Beziehungen
im Landkreis Alzey-Worms

Gleichstellungsstellen im Landkreis Alzey-Worms

Stadt Alzey z.Zt. nicht besetzt

VG Alzey-Land
Claudia Stamm
55234 Albig
06731 499062
gleichstellung@alzey-land.de

VG Eich
Ursula Orth
67580 Hamm, Lutherstr. 14
06246 522
awo.hamm-orth@web.de

VG Monsheim
Andrea Möws
67592 Flörsheim-Dalsheim
Albert-Schweitzer-Str. 1
06243 8704
andrea.moews@freenet.de

VG Wöllstein
Isabell Steinle
55597 Wöllstein
gleichstellung.steinle@gmail.com

VG Wörrstadt
Christine Geiger
06732 9645280
gleichstellungsbeauftragte@vgwoerrstadt.de

VG Wonnegau
Gisela Schwan
67596 Dittelsheim-Heßloch
Liebfrauenweg 11
06244 95140 oder 0172-6553438
gisela@allkom.de

Frauen in Aktion 2025

Haben Sie Lust mitzumachen? Möchten Sie sich in unser Frauennetzwerk einfädeln?
Haben Sie Ideen zu Veranstaltungen? Gehören Sie einer Gruppe, einem Verein, ... an und möchten sich an „Frauen in Aktion 2025“ beteiligen? Ja? Dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung. Wir freuen uns auf Sie.

Gleichstellungsstelle des Landkreises Alzey-Worms · Tel. 06731-4081251 · frauenbuero@alzey-worms.de

Gleichstellungsbeauftragte
des Landkreises Alzey-Worms

Wir wollen....

- dazu beitragen, geschlechtsspezifische Benachteiligungen abzubauen:
  In Partnerschaft und Familie, in sozialen Situationen, am Arbeitsplatz, im öffentlichen Leben – also in allen gesellschaftlichen Bereichen.
- dabei helfen, Chancengleichheit für Frauen und Mädchen im Landkreis Alzey-Worms herzustellen.
- den Bewusstseinswandel zur Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern fördern.

Wir bieten....

- Informationen, Beratung, Unterstützung bei privaten, familiären, beruflichen Konflikt- oder Gewaltsituationen. Termine sind kurzfristig zu vereinbaren.
- Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen, Vorträge und Fortbildungen zu frauenrelevanten Themen.
- Zusammenarbeit mit Organisationen, Verbänden, Initiativen, Beratungsstellen, Koordinierung des Runden Tisches gegen Gewalt in engen sozialen Beziehungen im Landkreis Alzey-Worms.
- Bildung und Verknüpfung lokaler Netzwerke.
- Unterstützung der Kreisverwaltung Alzey-Worms bei der Umsetzung des Landesgleichstellungsgesetzes.

Gleichstellung bedeutet....

die Umsetzung des Grundgesetzes § 3 Abs. 2: „Frauen und Männer sind gleichberechtigt. Der Staat fördert die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern und wirkt auf die Beseitigung bestehender Nachteile hin."

- den Abbau der Einkommensdifferenz von Frauen und Männern.
- dass Frauen und Mädchen nicht länger Opfer von seelischer und körperlicher Gewalt werden.
- dass Frauen auf allen Ebenen des öffentlichen Lebens und der Politik ihrem Bevölkerungsanteil entsprechend, repräsentiert sind.

Alle, die sich engagieren und unser Netzwerk bereichern möchten, die bereits Ideen, Vorschläge und Anregungen zu Veranstaltungen und Projekten im Landkreis Alzey-Worms haben, sind herzlich zum Mitwirken eingeladen.

Die Gleichstellungsstelle hat ihr Büro in der Kreisverwaltung Alzey-Worms, Ernst-Ludwig-Straße 36, 55232 Alzey, 1. Stock, Zimmer 125/126.

Dr. Vera Lanzen
Gleichstellungsbeauftragte
Tel.: 06731/408-1261

Büro:
Doris Marter
06731/408-1251

E-mail: frauenbuero@alzey-worms.de

Etappen der Frauenbewegung ... und gesetzliche Regelungen

um 1900
studieren die ersten Frauen an den Universitäten

1908
uneingeschränktes Vereins- und Versammlungsrecht für Frauen

1911
der erste Internationale Frauentag

1918
Verankerung des aktiven und passiven Wahlrechts für Frauen in der Weimarer Verfassung.
Allgemeines Wahlrecht für Frauen.

1949
garantiert das Grundgesetz die gesetzliche Gleichberechtigung von Frau und Mann

1952
Mutterschutzgesetz für erwerbstätige Frauen tritt in Kraft

1958
wird das Recht des Ehemannes, ein Dienstverhältnis einer Frau fristlos zu kündigen, aufgehoben und das Letztentscheidungsrecht des Ehemannes in allen Eheangelegenheiten ersatzlos gestrichen.

Frauen dürfen ohne Erlaubnis ihres Ehemannes den Führerschein machen.

1961
Elisabeth Schwarzhaupt wird erste Bundesministerin (Gesundheit)

1970
Der deutsche Fußballbund hebt das Fußballverbot für Frauen auf.

1972
Annemarie Renger wird erste Bundestagspräsidentin.

1972
wird das erste Frauenzentrum in Berlin eingerichtet.

1975
§ 218 Fristenregelung

1977
erscheint die Zeitschrift „Emma" zum ersten Mal.

1987
erhält der Landkreis Alzey-Worms eine Frauenbeauftragte

1994
Familienrechtsgesetz: Eheleute können ihre bisherigen Namen behalten.

1998
wird Vergewaltigung in der Ehe unter Strafe gestellt.

1998
Einführung „Gendermainstreaming" als Methode

Etappen der Frauenbewegung ... und gesetzliche Regelungen

2000
RIGG – Rheinland-Pfälzisches Interventionsprojekt gegen Gewalt in engen Sozialen Beziehungen – landesweiter „Runder Tisch“

2001
wird im Landkreis Alzey-Worms ein „runder Tisch“ installiert, um häuslicher Gewalt entgegenzuwirken.

2001
eingetragene Lebenspartnerschaften für homosexuelle Paare.

2002
tritt das Gewaltschutzgesetz in Kraft, das u. a. dem Opfer die alleinige Nutzung der Wohnung ermöglicht.

2005
Die Interventionsstelle (IST) zur Unterstützung von Opfern häuslicher Gewalt nimmt in Alzey ihre Arbeit auf.

2005
Der Bundestag beschließt Gesetz gegen Psychoterror „Stalking“

2005
mit Angela Merkel tritt die 1. Kanzlerin der BRD ihr Amt an.

2006
Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz AGG tritt in Kraft.

2015
Elterngeld plus und Gesetz zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf

2016
Novellierung des Sexualstrafrechts: „nein heißt nein“

2017
„Ehe für alle“ ab 1.10.2017.

2018
Ab 1. Januar: überarbeitetes Mutterschutzgesetz

2022
Am 24. Juni wird vom Bundestag die ersatzlose Streichung des sogenannten Werbeverbots für Schwangerschaftsabbrüche (§219a StGB) beschlossen.

Weitere Etappen der Frauenbewegung finden Sie auf www.frauen-in-aktion.de unter „Buntes“

Notizen

Notizen

www.frauen-in-aktion.de