

## Liebe Leserinnen – und auch Leser,

bevor sich das Jahr 2016 dem Ende zuneigt und wir schon mit Spannung auf 2017 blicken, möchten wir Sie wieder auf kommende Veranstaltungen und aktuelle frauenpolitische Entwicklungen und Projekte hinweisen.

Wir wünschen Ihnen für die verbleibenden Tage in diesem Jahr viele besinnliche Stunden mit lieben Menschen – und einen vielversprechenden Start in ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2017 - mit Träumen, die zum Leben erwachen ☺!

*Unsere Träume können wir erst dann verwirklichen, wenn wir uns entschließen, einmal daraus zu erwachen. "*

(Josephine Baker)

Ihr Frauenbüro-Team

## AKTUELLE THEMEN UND INFORMATIONEN FÜR LÜBECK

### Aranat + TARA - zwei Beratungsstellen werden eins

Die beiden öffentlich geförderten Frauenberatungsstellen Tara e.V. und Aranat e.V. fusionieren!

Durch einen Umbau stehen ab Januar 2017 neue Beratungsräume im Obergeschoss des Aranat-Hauses im Steinra-der Weg 1 zur Verfügung. An der Finanzierung beteiligten sich das Land Schleswig-Holstein, die Possehl-Stiftung, der Soziale Vertrag und das Frauenkommunikationszentrum Aranat e.V.

Beide Vereine werden zusammengeführt. Der bisherige Tara-Standort in der Lübecker Innenstadt, Huxstraße 83-85 wird aufgelöst. Aranat bietet zusammen mit dem neuen Fachbereich Tara ein kostenloses Beratungsangebot für alle Frauen wie bisher unter der Tel.Nr. 40 828 50

- in einer schwierigen Lebenssituation
- bei Folgen von Gewalterfahrungen
- bei Gesundheitsproblemen
- bei Essstörungen
- zu gleichgeschlechtlicher Lebensweise

Besucherinnen stehen leicht erreichbar auch Treffpunkte, eine Bücherei, Kursangebote, (Selbst)-Hilfegruppen und Informationen zur Verfügung. An jedem Donnerstag von 17 bis 19 Uhr findet ein fachlich begleiteter „Treffpunkt Bücherei“ mit Klönschnack und Buchausleihe statt.

- Der neue Fachbereich unter der Leitung der langjährigen Tara-Mitarbeiterin Jale İşözen bietet ab Januar 2017: Interkulturelle Angebote und Beratung für Migrantinnen

und ist direkt erreichbar unter Telefon: 70 55 76

Sprechzeiten: Montag 14-16 Uhr, Dienstag + Donnerstag 12-13 Uhr; Beratungsgespräche nach Terminvereinbarung

Mailadresse: [Tara.Migrationsberatung@aranat.de](mailto:Tara.Migrationsberatung@aranat.de) Bei Bedarf kann eine Sprachmittlung organisiert werden.

Die Tara-Migrationsberatung bietet auch:

- Orientierung bei sozial-rechtlichen Fragen
- Stärkung von Eltern in ihren Erziehungskompetenzen
- Beratung zu bi-nationalen Partnerschaften

## Kalender 2017: @home - Das bedeutet zu Hause für mich!

Klientinnen der Beratungsstelle für Frauen der Vorwerker Diakonie haben gemeinsam mit Lübecker Schülerinnen und Schülern einen Kalender für 2017 gestaltet. „Gemeinsam setzten wir uns mit der Frage: Was bedeutet Zuhause für mich? auseinander“, sagt Ortrud Wulf von der Beratungsstelle. Antworten gaben sie selbst, Bekannte oder Besucherinnen eines Flüchtlings-Cafés. So entstanden zwölf Zitate, für jeden Monat im Kalender gibt es also eine Antwort zum Nachdenken. Der Kalender lebt aber nicht nur davon. Großformatige Fotos – teils wunderschöne Landschaftsaufnahmen sowie Stilleben – unterstreichen die Aussagen der Zitate. Die Bilder entstanden in Lübeck, Frankreich oder auch Chile.

„Zuhause ist da, wo ich mich sicher und geborgen fühle“, wird die 37jährige Alena aus Sibirien im April zitiert.

„Zuhause ist für mich da, wo ich zur Ruhe komme“, ist Lisas Antwort im Juni. Die 26jährige lebte zehn Jahre auf der Straße.

**Kalenderverkauf (15 € je Kalender):** Beratungsstelle für Frauen, Hartengrube 1, 23552 Lübeck, bei Ortrud Wulf – zu erreichen unter Tel. 4002 56531 oder per Mail [ortrud.wulf@vorwerker-diakonie.de](mailto:ortrud.wulf@vorwerker-diakonie.de).

### Neue Anschrift:

Ab dem 1. Februar 2017 ist die Beratungsstelle für Frauen in neuen Räumlichkeiten: Mosilinger Allee 9a – weitere Info's folgen!

## Pro familia Lübeck startet Modellprojekt: Verhütungsmittel für Frauen mit wenig Geld kostenfrei

Frauen mit Wohnsitz in Lübeck und Anspruch auf Sozialleistungen müssen die Kosten für verschreibungspflichtige Empfängnisverhütungsmittel zukünftig nicht mehr selbst tragen, auch wenn sie über 20 Jahre alt sind.

Lübeck ist einer von sieben Standorten, die in den kommenden 30 Monaten an dem bundesweiten Modellprojekt „BIKO – Beratung, Information und Kostenübernahme von Verhütungsmitteln“ des pro familia Bundesverbandes e.V. teilnehmen werden. Gefördert wird das Projekt vom BMFSFJ. Es ermöglicht einen niedrighwelligen Zugang zu verschreibungspflichtigen, sicheren und gut verträglichen Verhütungsmitteln für Frauen, die wenig Geld zur Verfügung haben.

**Ab sofort** gibt es Informationen in der pro familia-Beratungsstelle in Lübeck und Frauen können einen Antrag auf Kostenübernahme stellen. Die Beraterinnen Anne Potthoff und Claudia Tiedemann bieten umfassende Information und Beratung zum Thema Verhütung an - auch das gehört zum Projekt.

„Frauen verändern ihr Verhütungsverhalten, wenn das Geld knapp ist. Bei der Entscheidung für eine Methode werden die Kosten zum entscheidenden Kriterium, nicht aber die eigentlich wichtigen Faktoren Sicherheit und Verträglichkeit“, sagt Anne Potthoff, Leiterin von pro familia Lübeck. Mit dem Modellprojekt soll Frauen ermöglicht werden, ihr Recht auf selbstbestimmte Entscheidungen bei der Wahl ihrer Verhütungsmittel zu verwirklichen. Das entspreche dem Menschenrecht auf Verhütung und helfe, Schwangerschaftskonflikte zu vermeiden.

Empfängerinnen von Leistungen nach dem SGB II, SGB XII, §6a BKGG, von BAföG, Berufsausbildungshilfen BAB, von Wohngeld oder von Zahlungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz können eine Übernahme von Verhütungskosten beantragen. Für die Kostenübernahme brauchen Frauen ein Rezept von ihrer Ärztin/ihrem Arzt. In der pro familia-Beratungsstelle wird dann nach Vorlage von Rezept und Leistungsnachweis eine Bestätigung über die Berechtigung ausgestellt. Damit erhalten sie das Mittel ihrer Wahl in der Apotheke kostenfrei. Die Apotheke rechnet direkt mit pro familia ab, die Frauen müssen kein Geld zahlen.

Das Modellprojekt soll u.a. zuverlässige Daten für den tatsächlichen Bedarf an einer Kostenübernahme liefern. Langfristig könnte diese Erhebung die Grundlage für eine bundesweite Regelung bilden. Neben Lübeck wurden für das Projekt die Standorte Halle (Saale), Recklinghausen, Ludwigsfelde, Saarbrücken, Wilhelmshaven und Erfurt (Altern) ausgewählt, die Anfang 2017 starten werden.

Mit der Einführung von Hartz IV ist seit 2004 die sogenannte „Hilfe zur Familienplanung“ entfallen, mit der das Sozialamt bis dahin die Kosten für Verhütungsmittel bei bedürftigen Frauen übernommen hatte. Seitdem müssen die verschreibungspflichtigen Verhütungsmittel über die im Regelsatz vorgeesehenen Gesundheitskosten von 17 Euro monatlich finanziert werden, die allerdings auch alle anderen, nicht-verschreibungspflichtigen Medikamente und Mittel abdecken sollen.

**Pro Familia Lübeck; Dr. Julius-Leber-Str. 9, 23552 Lübeck, Tel. 623309, eMail: [luebeck@profamilia.de](mailto:luebeck@profamilia.de),  
Telefonzeiten: Montags bis Donnerstags 9 – 12 Uhr**

## Häusliche Gewalt – ein Thema in Lübecks Behörden und Hochschulen

„Handeln statt Abwarten“ steht auf den Flyern, die mehrere tausend Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Lübeck, d.h. im UKSH, an der Universität, der Fachhochschule, den Stadtwerken oder bei der Lübecker Stadtverwaltung im November 2016 mit ihrer Gehaltsabrechnung oder auf anderem Wege in die Hände erhielten.

Die genannten Lübecker Betriebe positionieren sich damit gegen Gewalt und bieten Schutz und Beratung der von häuslicher Gewalt betroffenen Beschäftigten.

Deutschlandweit und international erkennen Unternehmen und Verwaltungen zunehmend mehr, dass zu ihrer Verantwortung und Fürsorge auch der Schutz der Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen sowie der Studierenden vor häuslicher Gewalt gehört. Der Flyer ‚Häusliche Gewalt ist keine Privatsache. Mut zum Gespräch am Arbeitsplatz‘ ist der erste Schritt der Lübecker Behörden. Darüber hinaus gibt es Schulungen in Kooperation mit dem KIK- Netzwerk gegen häusliche Gewalt und Informationsmaterial.

„Häusliche Gewalt ist keine Privatsache. Die Fachhochschule Lübeck sagt deshalb deutlich „NEIN!“ zu häuslicher Gewalt und bieten Informationen und Unterstützung an“, so die Präsidentin der Fachhochschule Lübeck, Dr. Muriel K. Helbig.

Initiiert hat die Kampagne der Arbeitskreis der Lübecker Gleichstellungsbeauftragten in der Hansestadt (Teilnehmerinnen sind die Gleichstellungsbeauftragten der Stadt, der Fachhochschule Lübeck, der Universität zu Lübeck, des UKSH Lübeck, der Stadtwerke Lübeck, der Deutsche Rentenversicherung Nord, der Bundespolizeiakademie und des Job Center Lübeck) „Wir beschäftigen uns bereits seit längerem mit dem Konzept ‚Workplace Policy‘. Denn die gesundheitlichen Folgen der Gewalt beeinträchtigen die Betroffenen in allen Lebensbereichen - auch bei der Arbeit und im Studium oder in der Ausbildung“, erläutert Elke Sasse, Gleichstellungsbeauftragte der Hansestadt Lübeck. Es komme häufiger zu Fehlzeiten und Arbeitsunfähigkeit; zudem sind die Betroffenen am Arbeitsplatz und im Studium in ihrer Konzentrations- und Leistungsfähigkeit als auch in ihrer Motivation gemindert, wenn die Probleme zu Hause fortbestehen. Andererseits böten Arbeitsplatz oder Hochschule für Betroffene auch einen guten Ort, um Hilfe und Unterstützung zu erfahren. Hierfür sei es Voraussetzung, dass das Thema „Häusliche Gewalt“ im Unternehmen ernst genommen werde.

Auch aus ökonomischer Sicht ist eine Beschäftigung mit dem Thema Häusliche Gewalt für Unternehmen sinnvoll, sind die Gleichstellungsbeauftragten überzeugt: „Der volkswirtschaftliche Schaden, der durch Häusliche Gewalt angerichtet wird, ist groß“ so Katrin Molge, seit 16 Jahren Gleichstellungsbeauftragte der FH Lübeck.

Denn durch die gesundheitliche Belastung der Opfer entstünden nicht nur immense Kosten für deren medizinische Behandlung, sondern auch durch die Ausfälle am Arbeitsplatz. Nach einer Schätzung des Niedersächsischen Sozialministeriums liegt der volkswirtschaftliche Schaden in der Bundesrepublik jährlich bei mehr als 14 Milliarden Euro (lt. Leitfaden ‚Schritt für Schritt gegen häusliche Gewalt‘, 2012).

### Hintergrund:

Häusliche Gewalt ist eine der häufigsten Menschenrechtsverletzungen, von der sowohl Frauen als auch Männer betroffen sind, Frauen jedoch, wie repräsentative Untersuchungen zeigen, ungleich mehr.

Weltweit betrachtet haben rund ein Drittel aller Frauen Häusliche Gewalt erlebt. Laut einer aktuellen Studie der Europäischen Grundrechteagentur der EU haben 22% aller Frauen körperliche Gewalt und 43% psychische Gewalt erlebt. Für Deutschland liegen die Zahlen sogar etwas über dem EU-Durchschnitt.

Jede vierte Frau in Deutschland hat schon einmal in ihrem Leben Gewalt durch einen Beziehungspartner erlebt, und für etwa 150 Frauen jährlich endet diese Gewalt tödlich.

Auch wenn nicht alle Gewalterfahrungen so tragisch enden, leiden die Betroffenen in Folge der Gewalt unter vielfältigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Neben körperlichen Verletzungen sind es häufig psychische und psychosomatische Beschwerden, unter denen sie häufig leiden, wie z.B. Atembeschwerden, Magen-Darm-Beschwerden und Essstörungen. Auch Depressionen können eine Folge von Häuslicher Gewalt sein.

„Workplace Policy“-Konzepte wurden zunächst seit Beginn der 90er Jahre im angelsächsischen Raum entwickelt und haben sich dort sowohl in öffentlichen Verwaltungen als auch bei Unternehmen wie z.B. American Express, Vodafone und British Telecom etabliert. In Deutschland ist die Organisation „Terre des Femmes“ seit etwa 2007 aktiv, um das Konzept zu verbreiten und zum Abbau Häuslicher Gewalt beizutragen. Eine Befragung bei den durchführenden Betrieben bestätigte, dass die Einführung der Workplace Policy positiv wahrgenommen wird. Es wird als sinnvolles und in der Bekämpfung Häuslicher Gewalt zielführendes Mittel wahrgenommen.

Mehrjährige Erfahrungen mit dem Konzept gibt es in Deutschland bereits in der Berliner Verwaltung, aber auch in Schleswig-Holstein haben die Kommunalverwaltungen in Husum und Eutin das Konzept bereits initiiert.

Mehr Informationen zu Workplace Policy auf den Seiten von terre des femmes:

<http://frauenrechte.de/online/index.php/themen-und-aktionen/haeusliche-und-sexualisierte-gewalt/workplace-policy>

## Deutscher Frauenring, Gruppe Lübeck

Die Lübecker Gruppe des Deutschen Frauenrings hat eine neue Vorsitzende: Frau Angela Gläser. Im Jahr 2017 startet der Deutsche Frauenring mit einem Frauenfrühstück im Marli-Café. Die ersten Termine sind der 10. Januar und der 14. März. Nähere Info's unter [www.deutscher-frauenring.de/](http://www.deutscher-frauenring.de/) Termine OR / LV

## Frauenhäuser: Neue Anlaufstelle im Norden

Die Bundesländer Schleswig-Holstein und Hamburg haben künftig eine gemeinsame Anlaufstelle der Frauenhäuser mit dem Namen „24/7“. Hier finden von Gewalt betroffene Frauen rund um die Uhr Schutz und Beratung durch pädagogische Fachkräfte. Bisher wurden Frauen und ihre Kinder direkt in den Frauenhäusern aufgenommen. Durch die Koordinierung werden die Frauenhäuser im Hamburger Umland entlastet. Derzeit nutzen mehr Frauen aus Hamburg die schleswig-holsteinischen Frauenhäuser als umgekehrt. In Hamburg gibt es fünf Frauenhäuser mit insgesamt 194 Plätzen, in Schleswig-Holstein gibt es 16 Frauenhäuser mit 319 Plätzen landesweit. Hamburg fördert die Frauenhäuser jährlich mit knapp 2 Millionen Euro; Schleswig-Holstein mit 4,2 Millionen Euro. Die neue Anlaufstelle ist erreichbar unter der Telefonnummer 040/8000 4 1000 oder unter <http://www.24-7-frauenhaeuser-hh.de>.

## Verheiratet... und weniger netto?

Wer sich entscheidet, zu heiraten, tut dies aus vielerlei Gründen - auch finanzielle Gründe spielen hierbei eine Rolle. Häufig ist die geringer verdienende Person (in mehr als 90% der Ehen ist dies die Frau) diejenige, die dann in die Steuerklasse V geht - während der Mann Steuerklasse III bekommt. Damit hat Frau netto deutlich weniger Geld - und Mann mehr. Für das Familieneinkommen insgesamt gerechnet ist diese Steuerklassenwahl okay - aber es gibt zwei entscheidende Gründe, über eine andere Steuerklassen-Wahl bei Eheschließung oder auch nach Eheschließung **(Wechsel der Steuerklasse ist ohne außergewöhnliche Gründe 1x jährlich vor dem 1. November möglich!)** nachzudenken:

- weniger Netto bedeutet auch bei Lohnersatzleistungen weniger Geld! D.h. Arbeitslosengeld I, Unterhaltsgeld, Krankengeld, Versorgungskrankengeld, Verletztengeld, Übergangsgeld, und auch Elterngeld und Mutterschaftsgeld und die Höhe des Lohnanspruchs der Altersteilzeit bemessen sich nach Ihrem Nettoeinkommen.

- mit weniger Netto scheint Ihre Arbeit in der Familie auch "weniger wert" zu sein - das hat langfristig betrachtet, oft nachhaltige Auswirkungen auf das Abhängigkeits- und Machtgefälle in der Partnerschaft.

Deshalb sollte gründlich überlegt werden, ob statt der Steuerklassen III/V auch die Steuerklassen IV/IV und IV/IV mit Faktorverfahren die "gerechtere" Besteuerung Ihrer Arbeitsleistungen und die Ihres Partners / Ihrer Partnerin für Sie und Ihre Partnerschaft ist. Ggf. macht eine Beratung durch eine Steuerberaterin / einen Steuerberater für Sie und Ihre(n) PartnerIn Sinn.

Nähere Information zu "Faktorverfahren" finden Sie in dem Flyer „Verheiratet und weniger netto?“ den die LAG der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten Schleswig-Holsteins herausgegeben hat. Er ist im Frauenbüro zu den Öffnungszeiten (Mo, Die, Do und Fr 9 – 13 Uhr) erhältlich, ebenso wie beim Standesamt der Hansestadt Lübeck. Für die eiligen Leser\*innen gleich [hier](#) ☺! oder auf den folgenden Link klicken:

[http://www.luebeck.de/files/pool/01/160/LAG\\_Faktorverfahren%202016.pdf](http://www.luebeck.de/files/pool/01/160/LAG_Faktorverfahren%202016.pdf).



## Informationen für Minijobberinnen

**-Broschüre der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten Schleswig-Holsteins bietet Tipps und Informationen für geringfügig beschäftigte Frauen-**

Minijobberinnen, die sich über ihre Rechte informieren wollen, können im Frauenbüro der Hansestadt Lübeck ab sofort die leicht verständliche und kostenlose Broschüre "Geringfügige Beschäftigung - Informationen über Minijobs bis 450 Euro im Monat" erhalten.

Die Neuregelungen der Verdienstgrenze ab 2016 bis 450 Euro sind darin bereits enthalten. In der Broschüre wird beschrieben, welche Rechte Minijobberinnen haben und auf was Frauen, die einen Minijob ausüben, achten sollten. Die Broschüre beantwortet Fragen von Minijobberinnen anschaulich anhand von konkreten Beispielen. So wird erklärt, in welchen Bereichen und für wen eigentlich Mindestlöhne gezahlt werden müssen, ob und wie Minijobberinnen einen Anspruch auf Rente erwerben können und ob bzw. wann sie bei eigener Krankheit oder Krankheit eines Kin-

des, bei Unfällen oder Arbeitslosigkeit abgesichert sind.

Beschrieben wird auch, wie Einnahmen aus einem Minijob beim Bezug von Arbeitslosengeld angerechnet werden und welche Ansprüche auf Elterngeld Minijobberinnen haben. Auch Fragen danach, ob und wie viel Urlaub oder Weihnachtsgeld Minijobberinnen zusteht und auf was Minijobberinnen bei einer Kündigung achten sollten, werden beantwortet.

Am Ende der Broschüre werden praktische Tipps zur Durchsetzung der eigenen Rechte gegeben, außerdem enthält die Broschüre im Anhang Adressen der Arbeitsgerichte, der Beratungsstellen "Frau & Beruf", verschiedener Ministerien und Gewerkschaften sowie der Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten in Schleswig-Holstein.

Die Broschüre gibt es im Frauenbüro der Hansestadt Lübeck, Sophienstr. 2-8, 23560 Lübeck. Interessentinnen vereinbaren bitte einen Abholtermin per Telefon: 0451/122- 1615.

## TERMINE



**noch bis Sonntag, 8. Januar 2017, zu sehen:**

Die **Sonderausstellung „Demokratie als Lebensform“** stellt das politische Wirken des ersten Bundespräsidenten Theodor Heuss und seiner Ehefrau **Elly Heuss-Knapp** vor. Hochspannend der Teil über die erste „First Lady“: Die selbstbewusste und engagierte Lehrerin, Politikerin, Schriftstellerin und Mutter nutzte die Bundespräsidialzeit ihres Mannes für ihr eigenes gesellschaftliches Engagement und gründete das Müttergenesungswerk.

**Ort:** Willy-Brandt-Haus, Königstr. 21, 23552 Lübeck

**Öffnungszeiten:** Dienstags bis Sonntags 11-18 Uhr (ab Januar bis 17 Uhr)

**Samstags, 07. Januar und 04. Februar 2017, 15 – 16:30 Uhr**

**Heilsames Singen**

**Veranstalterin und Information:** Frauenkommunikationszentrum Aranat in Kooperation mit Tara e.V., Tel. 4882850, [www.aranat.de](http://www.aranat.de).

**Ort:** Steinrader Weg 1, 23558 Lübeck

**Dienstag, 10. Januar 2017**

**Frauenfrühstück** des Deutschen Frauenrings, Gruppe Lübeck

**Ort:** Marli-Café

**Nähere Info's** bei Angela Gläser [dfr.glaeser@gmx.net](mailto:dfr.glaeser@gmx.net)

**immer am 2. Dienstag im Monat, 17- 19 Uhr**

**Frauenstammtisch**

Einladung zu offenen Treffen rund um Ihre Fragen und Erfahrungen z.B. zu:

Frauen und Erwerbstätigkeit | Wiedereinstieg nach Auszeit | Neu in Lübeck | Neue Menschen kennenlernen und sich beruflich vernetzen

**Referentin:** unterschiedliche Beraterinnen

**Veranstalterin und Information:** Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V., Tel. 7079793 oder [luebeck@frauennetzwerk-sh.de](mailto:luebeck@frauennetzwerk-sh.de)

**Kosten:** Eintritt frei, Getränke zum Selbstkostenpreis

**Mittwoch, 18. Januar 2017, 9:30 bis 14 bzw. bis 17 Uhr**

**Geschlechtsspezifische Verfolgung. Keine Relevanz für Schutzsuchende? –landesweiter Fachtag für Beraterinnen und Berater!**

**Ort:** Landeshaus Kiel, Schleswig-Holstein-Saal

**VeranstalterInnen und Information:** Der Beauftragte für Flüchtlingsfragen SH; Contra – Fachstelle gegen Frauenhandel in Schleswig-Holstein; Diakonie Schleswig-Holstein, Heinrich-Böll-Stiftung Schleswig-Holstein

**Nähere Info's und Anmeldung bei:** Monika Buttler, [monika.buttler@landtag.ltsh.de](mailto:monika.buttler@landtag.ltsh.de) (Büro des Beauftragten für Flüchtlings-, Asyl- und Zuwanderungsfragen)

**Mittwoch, 18. Januar 2017, 18 - 20 Uhr**

**Impressionen vom Jakobsweg**

**Veranstalterin und Information:** Frauenkommunikationszentrum Aranat in Kooperation mit Tara e.V.,  
Tel. 4882850, [www.aranat.de](http://www.aranat.de).

**Ort:** Steinrader Weg 1, 23558 Lübeck

**Donnerstag, 19. Januar 2017, 10.45 - 13 Uhr**

**Frauen Frühstück Interkulturell**

**Veranstalterin und Information:** Frauenkommunikationszentrum Aranat in Kooperation mit Tara e.V.,  
Tel. 4882850, [www.aranat.de](http://www.aranat.de).

**Ort:** Steinrader Weg 1, 23558 Lübeck

**Freitags, 20. Januar und 17. Februar 2017, 19- 20 Uhr**

**Klangmeditation und Klangreisen**

**Veranstalterin und Information:** Frauenkommunikationszentrum Aranat in Kooperation mit Tara e.V., Tel. 4882850,  
[www.aranat.de](http://www.aranat.de).

**Ort:** Steinrader Weg 1, 23558 Lübeck

**Samstag / Sonntag . 28./29.Januar 2017, 10 – 16 Uhr**

**Selbstbehauptung und –verteidigung: WenDo für Mütter und ihre Töchter**

Der Kurs vermittelt Grundlagen von Selbstbehauptung und –verteidigung. Dabei geht es um Themen wie: Gefahren erkennen, „Nein sagen“, Angst in Mut verwandeln, Hilfe holen, „was bedeutet Notwehr“ und wie kann ich mich körperlich wehren?

**Veranstalterin.** Kinder-und Jugendkulturhaus Röhre und VHS Lübeck.

**Anmeldung:** VHS Lübeck, Kosten: 60,- € (gilt pro Paar); **Ort:** KJH Röhre, Sportraum, Gerade Querstr. 2

## Frauen in die Kommunalpolitik

Veranstaltung im Rahmen der landesweiten Kampagne „Im echten Norden: Mehr Frauen in die Kommunalpolitik“

**Freitag, 3. Februar 2017, 16 bis 18 Uhr**

mit Frau Ministerin Kristin Alheit in Bad Oldesloe, Kreis Stormarn - nähere Infos folgen.



**14. Februar 2017 One Billion Rising – auch in Lübeck**

**Orte:** 16 Uhr auf dem Schranggen / 16:30 Uhr auf dem Rathausmarkt

Die weltweite Tanzaktion für ein partnerschaftliches Miteinander: Jede 3. Frau weltweit war bereits Opfer von Gewalt, wurde geschlagen, zu sexuellem Kontakt gezwungen, vergewaltigt oder in anderer Form misshandelt. Jede 3. Frau, das sind eine Milliarde Frauen (one billion), denen Gewalt angetan wird ...

Am **14. Februar** lädt der V-Day (Valentinstag) eine Milliarde Frauen dazu ein, raus zu gehen und zu tanzen, um das Ende dieser Gewalt zu fordern. Mit dem Tanz soll die kollektive Stärke und die globale Solidarität über alle Grenzen hinweg deutlich werden.

Lübecker Lernfilm bei YouTube: [www.buntes-luebeck.jimdo.com](http://www.buntes-luebeck.jimdo.com)

**Übungs-/Schnuppertermine:**

**Samstag, 21. Januar 2017, 21 und 22 Uhr,** Tanzschule Falkenstr. bei Dörte's Dancing

**Donnerstag, 26. Januar 2017, 18:30 Uhr,** Aranat, Steinrader Weg 1 (für Frauen)

**Mittwoch, 8. Februar, 18:30 Uhr,** Aranat, Steinrader Weg 1 (für Frauen)

**Mittwoch, 15. Februar 2017, 17-20 Uhr**

**Freies Reden – sich präsentieren**

Wie tritt Frau selbstbewusst und überzeugend auf, spricht sicher vor Gruppen und bleibt dabei authentisch? Verschiedene Aspekte verbaler und nonverbaler Kommunikation thematisiert und wechseln sich mit praktischen Übungen zum Trainieren und Fördern der individuellen Kommunikationskompetenzen der Teilnehmerinnen incl. Feedbackrunde ab. Im gemeinsamen Austausch werden konkrete Tipps und Anregungen erarbeitet, die beim nächsten kniffligen Gespräch, der Präsentation vor unbekanntem Publikum oder beim sich Durchsetzen im Alltag behilflich sind.

**Referentin:** Eva Becker, *Sozialwissenschaftlerin M.A.*

**Veranstalterin und Information:** Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V., Fleischhauerstr. 37, 23552 Lübeck  
Anmeldung unter Tel. 7079793 oder unter [luebeck@frauennetzwerk-sh.de](mailto:luebeck@frauennetzwerk-sh.de), **Kurs-Nr.** 17 – 01, **Kosten:** 35 €, ermäßigt 25 €

## Frauen in die Kommunalpolitik

**Donnerstags, 23.2., 30.3., 18.5., 29.6. und 28.9.2017, ca. 18:30 Uhr**

**Frauen der Bürgerschaft im Gespräch**

Kommen Sie mit Frauen der Lübecker Bürgerschaft ins Gespräch über Ihre Themen und Anliegen. In den Abendbrotpausen der Bürgerschaft (in der Regel von 18:30 bis 19 Uhr) stehen Ihnen jeweils zwei Frauen unterschiedlicher Fraktionen und Wählervereinigungen Rede und Antwort. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Fragen im Vorfeld beantwortet Lübecks Gleichstellungsbeauftragte Elke Sasse, [frauenbuero@luebeck.de](mailto:frauenbuero@luebeck.de), Tel: 122-1610, die Sie zu Beginn der Sitzungspausen im Rathaus in Empfang nimmt.

**Ort:** Rathaus Lübeck, Breite Str. 62, Foyer zum Bürgerschaftssaal

## Frauen in die Kommunalpolitik

**Dienstag, 28. Februar 2017, 19 – 21:30 Uhr**

Das *Forum Frauenbürgerschaft* lädt ein!

Im Blick heute: „40 Jahre „Frauen helfen Frauen“. Politische Frauenbewegung vor Ort mit der Referentin Anke Kock

**Ort:** Marlesgrube 49-51, Verein „Frauen helfen Frauen e.V.“

**ab März 2017**

**kunsttherapeutische Selbsterfahrungsgruppe für Frauen mit Gewalterfahrung** (mit der Kunsttherapeutin Sibille Wolfgram)

**Kosten:** 50 € (ermäßigt 25 €)

**Veranstalterin und Information:** Frauennotruf Lübeck, Tel. 704640; interessierte Frauen können sich gerne für ein Vorgespräch an den Frauennotruf wenden

**Ort:** Kunstschule Lübeck

**Freitag 03. März 2017, 12 Uhr**

**WELTGEBETSTAG- GOTTESDIENST**

**In der Mitte des Tages**

Die ökumenische Weltgebetstagsarbeit im Kirchenkreis gestaltet diesen Gottesdienst in Kooperation mit dem Bereich Ökumene und Flüchtlingsarbeit. Wer Interesse hat, diesen Gottesdienst mit vorzubereiten, melde sich bitte im Ev. Frauenwerk in Lübeck unter der Tel.Nr. 300 86 87 12 oder [frauenwerk-hl@kirche-ll.de](mailto:frauenwerk-hl@kirche-ll.de)

**Ort:** St. Petri Lübeck

**Dienstag, 14. März 2017**

**Frauenfrühstück** des Deutschen Frauenrings, Gruppe Lübeck

**Ort:** Marli-Café

**Nähere Info's** bei Angela Gläser [dfr.glaeser@gmx.net](mailto:dfr.glaeser@gmx.net)

**Freitag, 17. März 2017, 15-18:15 Uhr**

**Microsoft Word 2010 Grundkurs** -Schnell Texte formatieren-

Lernen, Texte zu erfassen, zu korrigieren und zu gestalten.

Inhalte: Bildschirmaufbau/Ansichten | Erfassen und Speichern von Texten | Überarbeiten von Texten (Einfügen, Löschen, Kopieren, Verschieben) | Textformatierung (Zeichen, Absatz, Seite) | Übungen | Korrekturhilfen z.B.

Rechtschreibung | Drucken von Dokumenten

**Referentin:** Halina Kierzek

**Veranstalterin und Information:** Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V.,

**Ort:** Fleischhauerstr. 37, 23552 Lübeck

**Anmeldung** unter Tel. 7079793 oder unter [luebeck@frauennetzwerk-sh.de](mailto:luebeck@frauennetzwerk-sh.de) , **Kurs-Nr.** 17 – 02, **Kosten:** 35 € für Unternehmen 45 €

**Samstag, 18. März 2017, 13 – 18 Uhr**

**Speed-Coaching zum Equal Pay Day**

Kostenfreie Kurzberatungen für Frauen zur beruflichen Weiterentwicklung, Neuorientierung und zum Wiedereinstieg und verschiedene Kurz-Workshops

**Veranstalterinnen:** BPW Lübeck ([www.bpw-luebeck.de](http://www.bpw-luebeck.de)), Frauenbüro Lübeck ([www.frauenbuero.luebeck.de](http://www.frauenbuero.luebeck.de)); Frauennetzwerk zur Arbeitssituation ([www.frauennetzwerk-sh.de](http://www.frauennetzwerk-sh.de))

**Ort:** steht noch aus

**Kosten:** Workshops 10 € vor Ort zu zahlen | SpeedCoaching kostenfrei

**Weitere Info's in Kürze unter den o.g. Internetseiten!**

## Frauen in die Kommunalpolitik

**Freitag, 31. März 2017, 15 bis 18 Uhr\***

**VHS Falkenplatz**

Wissen, was in der Stadt ansteht - Wie nutze ich ALLRIS?

"Allris" ist ein Recherchesystem, das Unterlagen der Bürgerschaft sowie ihrer Gremien allen Interessierten öffentlich macht. Aktuelle Kommunalpolitik wird damit zugänglich. In dieser Einführung für Frauen erfahren Sie, wie Sie die Mitglieder der verschiedenen Gremien, die Termine der Sitzungen sowie deren Inhalte finden. Auch die Textrecherche im System wird vorgestellt. Sie lernen, die SIE interessierenden Themenfelder zu finden.

**Referentin:** Petra Schmittner, Frauenbüro

VHS-Kurs 102-160F (Anmeldung ab Ende Januar bis 28.3.2017 über die VHS Lübeck

([www.vhs.luebeck.de](http://www.vhs.luebeck.de)). Die TN-Zahl ist auf 10 Teilnehmerinnen begrenzt – es empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung!

**Dienstag.4.April 2017, 10-12 Uhr**

**Selbstständig und Familie**

Parallel zur Familienarbeit können Sie Ihre Idee ausprobieren, beruflich am Ball bleiben und die Herausforderung „Vereinbarkeit von Beruf und Familie“ besser realisieren. In diesem Vortrag informieren wir Sie über die wichtigsten Aspekte in dieser Situation. Im Anschluss ist Zeit für Austausch.

**Referentin:** Sarah Tunkel

**Veranstalterin und Information:** Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V.

**Ort:** Fleischhauerstr. 37, 23552 Lübeck

**Anmeldung** unter Tel. 7079793 oder unter [luebeck@frauennetzwerk-sh.de](mailto:luebeck@frauennetzwerk-sh.de) , **Kurs-Nr.** 17 – 03, **Kosten:** 12 €

**Donnerstag, 27. April 2017**

**Girls Day 2017 / Boys Day 2017**

Am 27. April ist wieder Mädchen-Zukunftstag... und auch Jungen-Zukunftstag. ☺

**Nutzen Sie den Tag, um Mädchen für Sie / Ihre Firma zu interessieren – gerade in frauenuntypischen Berufen!**

**Nutzen Sie den Tag, um Jungen für Sie / Ihre Firma zu interessieren – gerade in männeruntypischen Berufen!**

Wenn Sie Lehrer\*in sind: informieren Sie Schüler\*innen und Eltern über die bundesweiten Angebote.

Alle wichtigen Informationen finden Sie unter [www.girls-day.de](http://www.girls-day.de) und unter [www.boys-day.de](http://www.boys-day.de).

**Freitag, 5. Mai 2017**

**19. Lübecker Frauenlauf**

Nicht erst am 4. Mai mit dem Training beginnen sollte, wer am **19. Lübecker Frauenlauf** dabei sein möchte! ☺

Aber es kommt weniger auf eine gute Zeit an – sondern vielmehr darauf, dabei zu sein! Es gibt einen Girls' Run, einen Teenie-Run (beide 1,7 km), den First Ladies Run und Ladies Walking (beide 5.2 km) und den Power Ladies Run (10,2 km). Nähere Info's unter [www.luebecker-frauenlauf.de](http://www.luebecker-frauenlauf.de).



## Wussten Sie schon, dass...

... Sie **weitere Termine der Reihe „Mehr Vielfalt in die Kommunalpolitik. Frauen sind dabei!“** hier: nachlesen können?: [http://www.luebeck.de/files/pool/01/160/Flyer Mehr Vielfalt Frauen in die KPolitik 2017.pdf](http://www.luebeck.de/files/pool/01/160/Flyer%20Mehr%20Vielfalt%20Frauen%20in%20die%20KPolitik%202017.pdf)

...Sie unter [www.geschichtgendern.de](http://www.geschichtgendern.de) Inspirationen bekommen, wie Sie **GESCHICKT GENDERN** können? Viele **nützliche Infos zum gendergerechten Formulieren!**

... sich der Verein **Pinkstinks Germany e.V.** seit bereits 4 Jahren **gegen Sexismus in der Werbung** einsetzt? Die neueste Plakatkampagne **SexyYes – SexismNo** und weitere Info's finden Sie hier: <https://pinkstinks.de/>

### Das Team im Frauenbüro:

Elke Sasse – Gleichstellungsbeauftragte, Tel.: 122-1610

Katrin Friedrich – Beratung, Projekte, Öffentlichkeitsarbeit, Tel.: 122-1601

Regina Dunkel – Geschäftsstelle, Tel.: 122-1615

Sie finden das Frauenbüro in der Sophienstr. 2-8, 23560 Lübeck, 3. Stock

**Wir danken allen, die uns Texte zur Verfügung gestellt haben!**

Der nächste frauenpolitische Newsletter erscheint **voraussichtlich Mitte Februar 2017\*** – mit hoffentlich vielen **interessanten Veranstaltungen zum 106. Internationalen Frauentag am 8. März!**

**\*Info's für den nächsten Newsletter möglichst bis 30.1.2017 an uns per Mail: [frauenbuero@luebeck.de](mailto:frauenbuero@luebeck.de) !**

© Copyright Hansestadt Lübeck – Frauenbüro / Dezember 2016

**Haftungsausschluss:** Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren BetreiberInnen verantwortlich. Die Hansestadt Lübeck - Frauenbüro übernimmt keine Garantie für die von ihr unabhängigen Termine und Veranstaltungen.