



Frauenprogramm Herbst | Winter 2022/2023



*Der Regionalverband.
Verbindet Städte,
Gemeinden und Menschen.*





Liebe Leser*innen,

durch das Elterngeld und die Elternzeit, dem Pflegezeitgesetz, dem Unterhaltsrecht bis hin zum Zugewinnausgleich könnte man davon ausgehen, dass das bisher vorherrschende Geschlechtermodell mit der typischen Rollenverteilung „Er verdient das Geld, sie kümmert sich um das Kind und die Küche“ längst überholt ist.

Aber ist das wirklich so? Nehmen wir doch nur mal die Berufswahl junger Menschen. Hier wird der große Einfluss von Geschlechterstereotypen deutlich und trägt maßgeblich zur Unterrepräsentanz von Frauen in MINT-Berufen bei. Dabei spielen auch Eltern eine große Rolle.

Oft sind diese Geschlechterzuschreibungen den handelnden Personen nicht ganz bewusst. Sie sind jedoch selbstverständlich im Alltag präsent und beeinflussen unser aller Denken und Handeln. Gleichzeitig verfestigen sie bestehende Ungleichheiten. Damit wirken sie einer tatsächlichen Gleichstellung entgegen.

Jede und jeder sollte frei von Klischees leben und sich den eigenen Bedürfnissen und Fähigkeiten entsprechend entwickeln und entfalten dürfen.

Manchmal genügt es, den Blickwinkel ein klein wenig zu verschieben. Unser Frauenprogramm soll zur Diskussionen anstoßen, analysieren und andere Sichtweisen aufzeigen. Haben wir Ihr Interesse geweckt? So lassen Sie sich von der Bandbreite der Themen überraschen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Mirjam Altmeier-Koletzki

Frauenbeauftragte im Regionalverband Saarbrücken



ROLLENKLISCHEES

Die Rosa-Hellblau-Falle Für eine Kindheit ohne Rollenklischees

Almut Schnerring und Sascha Verlan | Journalist*innen, Autor*innen
und Trainer*innen-Team



„Es sind doch nur Farben?“ Wer im Kaufhaus in die Spielzeugabteilung hinauffährt, taucht in einer zweigeteilten Welt wieder auf. Ein ganzes Stockwerk ist unterteilt in zwei Zonen: Auf der einen Seite markieren blassrosa und pink, „was Mädchen mögen“ – Glitzer, Pferde, Puppen. Auf der anderen Seite sind die Verpackungen vorwiegend schwarz und dunkelblau und kennzeichnen das Spielzeugreich der Jungen, dominiert von Rittern, Fahrzeugen und Dinos.

Kinder, die ständig und überall von solchen Klischees umgeben sind, haben doch eigentlich keine freie Wahl mehr. Die Rosa-Hellblau-Falle setzt sich für eine Kindheit ohne Rollenklischees ein. Ziel ist nicht, Kinder gleich zu behandeln und zu vereinheitlichen, ganz im Gegenteil: individuelle Wünsche und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit sind wichtiger als rosa-hellblaue Zuordnungen.

» » » **Fr., 30.09.**

19.00 Uhr

Festsaal

Saarbrücker Schloss

66119 Saarbrücken

10 € Abendkasse

Lesung

Die Rosa-Hellblau-Falle

Büchertisch



Parkmöglichkeit auf dem Schlossplatz

Anmeldung/Kartenvorverkauf:

Tourist Info Saarbrücker Schloss, Fon: 0681 506-6006



WELCHE STEUERGRUPPE

Steuerklassenwahl modern und sozial gerecht

Gabriele Fontaine | Vizepräsidentin der Steuerberaterkammer des Saarlandes

Die Wahl der richtigen Lohnsteuergruppe ist nicht nur für die Elternzeit wichtig. Auch später, gerade im Hinblick auf drohende Lohnersatzleistungen, ist die richtige Steuergruppe von Bedeutung.

Sorgen Sie dafür, dass Ihre Steuergruppe wirklich zu Ihnen passt!



» » » **Do., 13.10.**

19.00 Uhr

kostenfrei

Virtueller Vortrag

mit anschließender Fragerunde
Steuerklassenwahl modern und sozial gerecht

Kooperationsveranstaltung mit:

LAG kommunale Frauenbeauftragte Saarland



*Anmeldung: Frauenbüro Regionalverband Saarbrücken
frauenbuero@rvsbr.de*



YOGA-WORKSHOPS

Kleine Auszeit aus dem Alltag

Imme Benn | zertifizierte Yogalehrerin SKA (nach der Lehre von Iyengar)

Stehhaltungen, Sitzhaltungen, Vorwärtsstreckungen, Drehungen, Rückwärtsstreckungen und Umkehrhaltungen – jede Haltung wirkt sich unterschiedlich auf unser körperliches Wohlbefinden aus. Der Körper wird gedehnt, Verspannungen lösen sich, Körper und Geist kommen zur Ruhe.



>>> **Sa., 15.10.**

Kursnummer AM2899

Yoga-Workshop

10.00 – 16.00 Uhr

vhs Zentrum, Entspannungsraum

Schlossplatz, 66119 Saarbrücken

Je 50 € (inkl. Mittagessen)

>>> **Sa., 26.11.**

Kursnummer AM2899A

Anmeldung:

vhs Regionalverband Saarbrücken | nicole.naumann@rvsbr.de



INDUSTRIEKULTUR/ WELTKULTURERBE

Frauen in der Völklinger Hütte

Vom Erzengel bis zur Zwangsarbeiterin – die Themenführung „Frauen in der Völklinger Hütte“ macht sich auf Spurensuche nach den Frauen, die hier früher gearbeitet haben.

Welche Arbeiten übernahmen die Frauen in der Eisenhütte? Wie wandelten sich die Aufgaben im Laufe der Zeit? Und welche Rolle spielten eigentlich die Frauen der Familie Röchling?



Foto: © Weltkulturerbe Völklinger Hütte/Saarstahl AG

>>> **Di., 18.10.**

17.00 Uhr

kostenfrei

Führung

Frauen in der Völklinger Hütte

Weltkulturerbe Völklinger Hütte

Haupteingang

Rathausstraße 75-79

66333 Völklingen

Anmeldung: Frauenbüro Regionalverband Saarbrücken

frauenbuero@rvsbr.de



Hexenreigen 2020

Das neue Stück der ElleGanzen



Die Oberhexe hat zum Blocksberg geladen, aber wie kommen heutzutage die Hexen eigentlich von einem zum anderen Ort? Immer noch mit einem Besen?

Und was bewegt die Hexe von heute? Ist sie gut oder böse, ist sie ein Teil der Gesellschaft? Was halten die Hexen von den Menschen? Und ist es nicht an der Zeit, in Saarbrücken eine internationale Hexenakademie zu gründen?

Die ElleGanzen laden zu einem humorvollen Abend ein, musikalisch und wortwitzig, laut und leise. Begleitet werden sie von der jungen Pianistin Antonia Kougioumtzi und die Inszenierung liegt wieder in den Händen von Eveline Sebaa.

>>> **Fr., 11.11.**
und
Sa., 12.11.
19.00 Uhr
15 €

Hexenreigen 2020

Schlosskeller
Saarbrücker Schloss
Schlossplatz
66119 Saarbrücken

Anmeldung/Kartenvorverkauf:

Tourist Info Saarbrücker Schloss, Fon: 0681 506-6006



Internationaler Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen

Jährlich wird am 25. November der „Internationale Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen“ begangen – ein Aktionstag zur Bekämpfung von Diskriminierung und Gewalt jeder Form gegenüber Frauen und Mädchen.

Kampagnenaufakt „Mich kriegst Du nicht K.O.!“

Die Landesarbeitsgemeinschaft Kommunale Frauenbeauftragte startet gemeinsam mit dem Frauennotruf Saarland, Nele e.V., der Frauenbeauftragten der saarländischen Vollzugspolizei und dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit eine Kampagne zum Thema K.O.-Tropfen.



Immer öfter endet ein unbeschwertes Treffen mit dem Freundeskreis durch K.O.-Tropfen mit sexualisierter Gewalt oder anderen kriminellen Handlungen. Personen sind sich dieser unsichtbaren Gefahr nicht bewusst. Daher ist Aufklärung umso wichtiger.

Ziel ist die Sensibilisierung für die Gefahren, die aus der Verabreichung von sogenannten K.O.-Tropfen resultieren.



Informationen zur geplanten Kampagne finden Sie unter:
www.frauenbeauftragte.saarland.de



Kraftzentrum Beckenboden

Meike Spitko | Yoga-Lehrerin BYV



Der Beckenboden wird oft nur mit Schwangerschaft und Entbindung bei Frauen in Verbindung gebracht. Doch spielen häufig auch andere Kontexte eine Rolle, die die Beckenbodenmuskulatur beeinflussen. Der Beckenboden verliert im Laufe der Zeit an Spannkraft und Elastizität. Erfahren Sie den Aufbau und die Funktionalität Ihrer Beckenbodenmuskulatur und der verschiedenen Muskelschichten.

Spüren Sie tief in Ihren Körper und erlauben sich mit gezielten Atemtechniken den Unterschied zwischen muskulärer Anspannung und organischer Ausdehnung in der Beckengegend zu erforschen. Wir stärken mit dieser speziell modifizierten Yoga-Sequenz unseren Beckenboden, erörtern ihn gemeinsam und widmen uns der fundamentalen Aufrichtung aus dem Becken. Freuen Sie sich auf einen abgestimmten und kräftigenden Workshop, welcher mit leichten und einfachen Übungen durch den Alltag begleitet und wieder Vertrauen schenkt.

>>> Sa., 03.12.

9.30 – 12.00 Uhr

Kursnummer

AM2899B

18 €

Beckenboden-Yoga

vhs Zentrum

Entspannungsraum

Schlossplatz

66119 Saarbrücken

Anmeldung:

vhs Regionalverband Saarbrücken | nicole.naumann@rvsbr.de



BIG EYES

Nach der Heirat mit dem Kunstliebhaber Walter Keane beginnt die schüchterne Margaret zu malen. Ihr Mann liebt ihre Bilder und



beginnt, sie geschickt zu vermarkten – allerdings gibt er sich selbst als der Schöpfer der Kunstwerke aus. Schon bald erlangt er großen Ruhm und Reichtum durch die ungewöhnlichen Portraits von Kindern mit großen, traurigen Rehaugen. Über Jahre hinweg muss Margaret diese Lüge aufrecht erhalten, bis schließlich die Ehe zerbricht und es zur dramatischen Konfrontation kommt.

Der Film erzählt die wahre Geschichte der Malerin Margaret Keane und ihres Ehemanns Walter. Margaret Keane sagte über den Film: „Er trifft mein Leben haargenau“.

>>> So., 04.12.

11.00 Uhr

6,80 €

BIG EYES

Filmhaus

Mainzer Straße 8

66111 Saarbrücken

Kooperationsveranstaltung mit:
Filmhaus Saarbrücken



Kartenvorverkauf: Filmhaus

www.filmhaus.saarbruecken.de oder Fon 0681 905-4800 (Kinokasse)



YOGA FÜR SIE UND IHN AM LAUFENDEN BAND

Unsere Yogakurse finden ganzjährig fortlaufend statt. Während der Schulferien wird in der Regel pausiert.

Neueinsteiger*innen (auch ohne Vorkenntnisse) sind jederzeit herzlich willkommen!



>>> **Montags**

Kursnummer AM2893A
Kursgebühr: 65 €
10 Termine à 90 Min.

**Start: Montag,
21.11.2022**

Yoga

Yogalehrerin Imme Benn

19.15 – 20.45 Uhr
Max-Ophüls-Schule (Rotenberg)
Sporthalle

Schumannstraße 42
66111 Saarbrücken

>>> **Freitags**

Kursnummer AL2894
Kursgebühr: 65 €
10 Termine à 90 Min.

**Start: Freitag,
30.09.2022**

Yoga

Yogalehrerin Nicoline Thiele

14.30 – 16.00 Uhr
vhs Zentrum
Entspannungsraum

Schlossplatz
66119 Saarbrücken

Anmeldung:

vhs Regionalverband Saarbrücken | nicole.naumann@rvsbr.de



VÄTERNETZWERK

#VaterschaftIstMehr



Im Regionalverband wurde vor kurzem ein Väternetzwerk auf Initiative des Frauenbüros des Regionalverbands, unter Beteiligung von Vätern und Organisationsberater Heiner Fischer, gegründet. Es ist saarlandweit das erste seiner Art. Regelmäßig stattfindende Netzwerktreffen bieten die Möglichkeit, die eigene Vaterrolle zu reflektieren und sich darüber auszutauschen. Themen wie Gleichberechtigung, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie mögliche Maßnahmen gegen den Fachkräftemangel sollen dabei im Fokus stehen. Geleitet werden die Treffen von zwei Väterbeauftragten, die beim Auftakt im Mai gewählt wurden.

Mehr Informationen sowie die Ankündigung fortlaufender Netzwerktreffen finden Sie unter:

www.regionalverband-saarbruecken.de/vaeternetzwerk



ELTERNGELD

ANKÜNDIGUNG DER VERANSTALTUNG

Planung und Sicherheit für die Elternzeit



Seit fünfzehn Jahren gibt es in Deutschland das Elterngeld. Die finanzielle Unterstützung des Staates von Familien wurde am 1. Januar 2007 eingeführt. Seitdem hat sich einiges getan.

Laut Angaben des Statistischen Bundesamts nehmen immer mehr Väter Elternzeit. Allerdings gibt es einen Unterschied zu den Müttern. Während diese im Schnitt für 11,6 Monate zuhause bei dem Nachwuchs bleiben, nehmen Väter durchschnittlich nur 3,1 Monate Elternzeit. Aber auch Väter wollen so viel Zeit wie möglich mit ihren Kindern verbringen, ohne dabei die finanzielle Sicherheit zu verlieren.

Mit Elterngeld.net möchten wir Ihnen im Rahmen eines virtuellen Seminars zeigen, wie Sie Ihre Elternzeit und Ihr Elterngeld optimal nutzen können.

>>> **geplant**
Januar 2023

kostenfrei

Virtueller Vortrag
mit anschließender Fragerunde
Planung und Sicherheit für die Elternzeit

Anmeldung: Frauenbüro Regionalverband Saarbrücken
frauenbuero@rvsbr.de



BERATUNGSSTELLE FRAU & BERUF

Wenn Sie sich nach einer familienbedingten Berufsunterbrechung den Wiedereinstieg wünschen oder sich beruflich verändern möchten, dann sind wir für Sie da!

Die Beratungsstelle versteht sich als Brücke zu den verschiedenen Akteur*innen auf dem Arbeitsmarkt, Bildungsträgern sowie Behörden im Regionalverband Saarbrücken.

Wir bieten Ihnen eine kostenfreie, passgenaue und individuelle Beratung zum beruflichen (Wieder-)Einstieg.

Sie erreichen uns unter folgenden Kontaktdaten:

Jannina Höppel-Gerlach

Fon 0681 506-1903 | jannina.hoeppe-gerlach@rvsbr.de

Romina Köppen

Fon 0681 506-1902 | romina.koeppen@rvsbr.de

Regionalverband Saarbrücken
Frauenbüro | Beratungsstelle Frau & Beruf
Schlossplatz 2b – Dachgeschoss
66119 Saarbrücken
www.regionalverband.de/frauenbuero



Die Beratungsstelle Frau & Beruf wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit und den Europäischen Sozialfonds Plus gefördert.



Ministerium für Arbeit,
Soziales, Frauen
und Gesundheit

SAARLAND



Kofinanziert von der
Europäischen Union



HILFE AUF EINEN BLICK

ALDONA e. V. Beratungsstellen für Migrantinnen und für Prostituierte	0681 373631
Beratungs- und Interventionsstelle für Opfer häuslicher Gewalt	0681 3799610
Frauenhaus AWO Saarbrücken	0681 991800
SkF Elisabeth-Zillken-Haus Unterstützung und Wohnmöglichkeit für in Not geratene Frauen, Mädchen und deren Kinder	0681 910270
FrauenNotruf Saarland	0681 36767
Hilfetelefon – Gewalt gegen Frauen (mehrsprachig)	08000 116 016
Servicetelefon Kinderschutzteam	0681 506-5610
Kinderschutzbund	0681 32533
Nummer gegen Kummer für Kinder und Jugendliche	116 111
NELE Verein gegen sexuelle Ausbeutung von Mädchen e. V.	0681 32058
Ansprechpartner für alle Fälle häuslicher Gewalt: Polizeiinspektionen im Regionalverband Saarbrücken	
Saarbrücken Stadt	0681 9321233
Saarbrücken Burbach	0681 97150
Völklingen	06898 2020
Sulzbach	06897 9330
Vertrauliche Spurensicherung (24 Stunden Notfalldienst)	06841 16-2 8000

Kontakt

Regionalverband Saarbrücken

Frauenbüro

Schlossplatz 2b | 66119 Saarbrücken

Fon 0681 506-1900 | frauenbuero@rvsbr.de

Alle aktuellen Informationen zu unseren Veranstaltungen
finden Sie auf der Homepage des Frauenbüros
www.regionalverband.de/frauenbuero