



**8. März 2019**

Veranstaltungen  
rund um den

**Internationalen Frauentag**  
in Bremerhaven

## ***Gute Zeiten für Frauen?!***

Als Motto des Internationalen Frauentags 2019 haben wir „***Gute Zeiten für Frauen?!***“ gewählt.

Frauen in unserer heutigen Gesellschaft leben überwiegend freiheitlich, können vieles eigenständig und gleichberechtigt planen, entscheiden und ausführen. Nach mehr als 70 Jahren Frieden bei uns und in der unmittelbaren Nachbarschaft verfügen wir über einen Lebensstandard, den Frauen in anderen Ländern nicht (immer) kennen bzw. erreichen können.

Profitieren alle Frauen von den „guten Zeiten“? Wo bewegen sich gute Zeiten aktuell zurück in überholte, tradierte Zeiten? Welche Bereiche müssen noch verbessert werden, weil sie vielleicht doch eher „schlechte“ Zeiten für Frauen bedeuten?

Wir wollen unser übergeordnetes Thema von verschiedenen Seiten beleuchten, einzelne Veranstaltungen bieten auch Möglichkeiten und Lösungsansätze, um die Lebenssituation **aller** Frauen nachhaltig zu verbessern. Darüber hinaus soll das Motto zum Nachzudenken einladen: Was tun wir als Frauen, um unser gutes Leben zu sichern und weiter voranzubringen? Wie können wir das mit anderen Frauen **gemeinsam** tun? Was sehen andere Frauen als gute Zeiten an?

Gleichzeitig werden wieder Veranstaltungen in den Bereichen Kultur, Sport und Politik sowie Workshops angeboten, die dazu beitragen werden, dass die Teilnehmerinnen eine gute Zeit verbringen.

Auf zwei Veranstaltungen weisen wir Sie besonders hin: Wahl-Speeddating für Frauen – Bürgerinnen befragen PolitikerInnen am 28.02.2019 nachmittags und die zentrale Veranstaltung zum 8. März nachmittags.

Wir wünschen Ihnen anregende, interessante, persönliche Erfahrungen, Gespräche, Diskussionen und Erkenntnisse mit „***Gute Zeiten für Frauen?!***“ zum Internationalen Frauentag 2019!

Freitag  
10.00 – 12.00 Uhr

# 27. Februar

## Teilzeit-Umschulungen für neue Perspektiven – Tag der offenen Werkstatt

Der Spagat zwischen Beruf und Familie sorgt oft dafür, dass weibliche Berufsbiografien unterbrochen werden und Frauen den „Anschluss“ verlieren. Teilzeit-Umschulungen bieten neue Chancen. Vorgestellt werden die Berufe Elektronikerin, Fahrzeuglackiererin, Feinwerkmechanikerin, Friseurin, Kfz-Mechatronikerin, Malerin/Lackiererin und Tischlerin.

Anmeldung bei Vera Herrmann  
Tel. 0471 185-0  
herrmann@incotrain-bhv.de

Barrierefrei: nein

Veranstaltet von: InCoTrain GmbH

**Haus des Handwerks  
Columbusstraße 2**

Donnerstag  
17.00 – 19.00 Uhr

# 28. Februar

## Wahl-Speeddating mit Bremerhavener Bürgerinnen Bürgerinnen befragen Politiker/innen

*„Frauen werbt und wählt, jede Stimme zählt,  
jede Stimme wiegt, Frauenwille siegt!“  
(Elly Heuss-Knapp zur ersten Wahl von Frauen in Deutschland am 19. Januar 1919)*

100 Jahre Frauenwahlrecht seit November 1918 und die erste Wahl zum Reichstag für Frauen im Januar 1919, 100 Jahre später Wahlen zur Stadtverordnetenversammlung und zur Bremischen Bürgerschaft sowie zum Europaparlament im Mai 2019 sind für uns Grund genug, Frauen in Bremerhaven die Möglichkeit zu bieten, sich mit PolitikerInnen direkt auseinanderzusetzen und sie zu befragen.

Frauen haben die Wahl: Wen will ich wählen? Wer tritt zur Wahl an? Welche Themen sind mir wichtig? Was wollen die politischen Parteien in der nächsten Zeit bewegen und umsetzen? Welche frauenpolitischen Pläne gibt es? Was muss sich ändern und was muss geschaffen werden, damit ich mich als Frau in meinem Stadtteil, in dieser Stadt wohl fühlen und gut leben kann? Was Sie PolitikerInnen immer schon mal fragen wollten. Hier haben Sie die Gelegenheit, an Thementischen zu fragen, nachzuhaken, sich zu informieren. In kürzeren Zeitabständen können Sie den Thementisch wechseln, die PolitikerInnen bleiben bei dem Thema, zu dem sie sich befragen lassen und informieren wollen.

Sie sind herzlich eingeladen, Ihre Anliegen anzubringen. Sie haben die Wahl!

Barrierefrei: ja

Veranstalterinnen: ZGF – Büro Bremerhaven,  
Landeszentrale für politische Bildung Bremerhaven,  
Volkshochschule Bremerhaven

**Ella-Kappenberg-Saal, Volkshochschule Bremerhaven, Lloydstraße 15**

Freitag  
19.00 – 22.00 Uhr

# 1. März

## 6. Frauenleseabend

Bereits zum sechsten Mal lädt die Stadtbibliothek Bremerhaven im Rahmen der Frauenwoche zum Frauenleseabend ein. In diesem Jahr kommt die Schriftstellerin und Sängerin Sandra Lüpkes mit maritimen Krimis und plattdeutschen Liedern. An der Mordseeküste ...geht es kriminell zur Sache, wenn Nordlicht Sandra Lüpkes bewaffnet mit singender Säge, Flügelhorn vom Tod der Pastorenkuh singt oder erzählt, was ein untoter Kurt Cobain in einer friesischen Frühstückspension zu suchen hat. Gönnen Sie sich mit dieser Lesung einen kleinen, für die Lachmuskeln nicht ganz ungefährlichen Inselurlaub.

Dazu gibt es wieder ein leckeres Buffet und viel Zeit zum Reden miteinander.

Anmeldung: Karten nur im Vorverkauf in der Stadtbibliothek Bremerhaven und der Buchhandlung Memminger bis zum 24.02.2019.  
Kosten: 18,00 € einschl. Buffet  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Stadtbibliothek Bremerhaven in Kooperation mit dem Freundeskreis der Stadtbibliothek und der Buchhandlung Memminger

**Stadtbibliothek Bremerhaven  
Hanse-Carré, 2. OG  
Bgm.-Smidt-Straße 10**

Samstag  
9.00 – 14.30 Uhr

# 2. März

## 6. Bremerhavener Frauensporttag

Auch in diesem Jahr findet wieder ein Frauensporttag statt – „Sport von Frauen für Frauen und Mädchen ab 6 Jahren“

u.a.: Aroha, Aquafitness, Basketball (für Mädchen), Boxen, Einrad (für Mädchen), Fitnessgymnastik, Hip Hop (für Mädchen), Pilates, Tai Chi, Yoga

Anmeldung: turnkreis-frauen@gmx.de oder schriftlich an den Turnkreis Bremerhaven, In den Nedderwiesen 3, 27574 Brhv.  
Kosten: 15,00 € einschl. Salatbuffet  
Veranstaltet von: Turnkreis Bremerhaven

**Schulzentrum Carl von Ossietzky  
Georg-Büchner-Straße 5**

Sonntag  
14.00 – 19.00 Uhr

## 3. März

### Frauen und ihre Stimme

Diskussionsrunde:

- Sozialrecht: Rente, Eingliederungshilfe usw.
  - Familienrecht: Scheidung, Sorgerecht, Unterhalt, Gewaltschutz usw.
  - Patientenverfügungen, Betreuerverfügung, Vorsorgevollmacht usw.
  - Offene Fragen von den Besuchern werden beantwortet.
- 
- Sosyal Haklar: Emeklilik, Uyum Yardımı ve diğerleri.
  - Aile Hukuku: Ayrılma, Çocuk kimde kalacak, Nafaka, Şiddete Karşı Koruma.
  - Hasta Bakımı ve Yasal Danışmanlık.
  - Sorular ve Yanıtlar.

Präsentation von Frauen für Frauen

Anschließend gibt es ein buntes Frauenfest mit Musik und Kulturprogramm.

Dieses Programm wird in türkischer Sprache abgehalten.

Barrierefrei: ja  
ReferentInnen: Zeynep Orak, Rechtsanwältin – Hannover  
Kemal Karagöz, Rechtlicher Betreuer – Hamburg  
Veranstaltet von: Frauengruppe Bündnis für Demokratie in  
Bremerhaven (Dem-Bir)

**Dienstleistungszentrum Grünhöfe**  
**Auf der Bult 5**

Dienstag  
19.30 Uhr

## 5. März

### Die EISERNE LADY

Die EISERNE LADY schildert die faszinierende Geschichte von Margaret Thatcher, der ersten Regierungschefin Europas. Eine Frau, die die zu ihrer Zeit noch verstaubte Geschlechter- und Klassengrenzen sprengte, um sich in einer von Männern dominierten Welt durchzusetzen.

Meryl Streep brilliert im Porträt der britischen Ex-Premierministerin.

Anmeldung: bis 28.02.2019 unter Tel. 04743 937-1530 bei Gaby  
Maschke, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt  
Geestland  
Kosten: 3,00 € pro Person  
Barrierefrei: ja (bei vorheriger Anmeldung)  
Veranstaltet von: Frauenstammtisch der Stadt Geestland

**Großer Lindenhofsaal**  
**Ohldorpsweg 1A**  
**Geestland – OT Langen**

Mittwoch  
17.30 – 19.00 Uhr

## 6. März

### Marie Juchacz und der Gründungsgedanke der Arbeiterwohlfahrt

Die Sozialdemokratin und Frauenrechtlerin Marie Juchacz war nicht nur die erste Frau, die nach Einführung des Frauenwahlrechts vor 100 Jahren als gewählte Abgeordnete die erste Rede in der Weimarer Nationalversammlung hielt, sie gründete auch am 13. Dezember 1919 die Arbeiterwohlfahrt. In einem Vortrag von Katharina Rosenbaum wollen wir uns mit dem Gründungsgedanken der AWO befassen und wie AWO-Frauen die Gesellschaft verändert haben.

Anmeldung erbeten: info@asf-spd-bremerhaven.de  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen Bremerhaven in Kooperation mit der AWO Bremerhaven

**Veranstaltungssaal  
Stadtbibliothek Bremerhaven  
Bgm-Smidt-Straße 10**

18.00 und 20.30 Uhr

### #FEMALE PLEASURE

Dok.-Film, CH / D 2018

Die #meToo-Debatte trat eine breite Diskussion über Sexismus und Machtmissbrauch los. Jenseits von Hollywood fällt die globale Unterdrückung von Frauen durch Religionen freilich gravierender aus. Davon erzählen stellvertretend fünf Frauen aus fünf Glaubensrichtungen. Bei der strukturellen Zweiklassen-Gesellschaft von Mann und Frau sind sich die Fundamentalisten des Islam, des Judentums oder der katholischen Kirche erschreckend ähnlich. Die Geschichten der fünf Protagonistinnen klingen erschütternd- und ermutigend zugleich: Denn diese Heldinnen wollen sich ihr Recht auf Selbstbestimmung nicht kampflos nehmen lassen. Eine der ganz wichtigen Dokumentationen in diesem Kinojahr. Mehr: <<https://www.x-verleih.de/filme/female-pleasure>>

Anmeldung: <http://www.cinemotion-kino.de/bremerhaven> oder  
Tel. 03871 211 4114  
Kosten: ab 5,00 €  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Kommunales Kino Bremerhaven e.V.

**CineMotion  
Karlsburg 1**

Donnerstag  
9.00 – 11.00 Uhr

# 7. März

## Netzwerkgestaltung für Alleinerziehende

Die Frauen haben die Möglichkeit unter Moderation von Frau Bührig (ZiB) gemeinsam die Fragen zu erörtern, was sie vor Ort benötigen. Welche Netzwerk-Partner sind notwendig? Wer kann Informationen bündeln? Wie können Alleinerziehende sich im Alltag unterstützen? Was können konkret Familienzentren entwickeln?

Anmeldung: Anmeldung bis 4. März Tel. 0471 3098544 oder Tel.  
0176 15566171 Ines Lemke, J.Obarek-Koch  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: DRK-Familienzentrum, afz Frauenberatungsstelle  
ZiB Zukunft im Beruf

**Familienzentrum  
Folkert-Potrykus-Straße 1**

15.00 – 17.00 Uhr

## Gute Zeiten für Frauen – Zurück ins Berufsleben

Infos aus der Beratungsstelle bei einer Tasse Kaffee oder Tee

Die afz Frauenberatungsstelle ZiB - Zukunft im Beruf stellt ihr Angebot der beruflichen Beratung vor. Dabei ist der Blick auf die Vereinbarkeit Beruf und Familie gerichtet. Mit Ideen aus dem Buch „Beruf + Familie Passt!“ wollen wir Ihnen Mut machen. Worauf sollten Sie achten oder was sollten Sie tun, damit der Weg (zurück) ins Berufsleben Ihren Vorstellungen entspricht?

Anmeldung: Christa Koop, 0471 98399-16,  
Christa.Koop@afznet.de  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: afz-Frauenberatungsstelle ZiB – Zukunft im Beruf

**afz GmbH  
Havenhaus / 2. Etage  
Erich-Koch-Weser-Platz 1**

## TERMINÜBERSICHT

---

Mittwoch, 27. Februar, 10.00 – 12.00 h Haus des Handwerks  
**Teilzeit – Umschulungen für neue Perspektiven:  
Tag der offenen Werkstatt**

---

Donnerstag, 28. Februar, 17.00 – 19.00 h Volkshochschule  
**Wahl-Speeddating mit Bremerhavener Bürgerinnen –  
Bürgerinnen befragen Politiker/innen**

---

Freitag, 01. März, 19.00 – 22.00 h Stadtbibliothek  
**6. Bremerhavener Frauenleseabend**

---

Samstag, 02. März, 09.00 – 14.30 h Schulzentrum Carl von Ossietzky  
**6. Bremerhavener Frauensporttag**

---

Sonntag, 03. März, 14.00 – 19.00 h Dienstleistungszentrum Grünhöfe  
**Frauen und ihre Stimme**

---

Dienstag, 05. März, 19.30 h Großer Lindenhofsaal  
**Die EISERNE LADY**

---

Mittwoch, 06. März, 17.30 – 19.00 h Stadtbibliothek Bremerhaven  
**Marie Juchacz und der  
Gründungsgedanke der Arbeiterwohlfahrt**

---

Mittwoch, 06. März, 18.00 und 20.30 Uhr CineMotion  
**#FEMALE PLEASURE** Dok.-Film

---

Donnerstag, 07. März, 9.00 – 11.00 h Familienzentrum  
**Netzwerkgestaltung für Alleinerziehende**

---

Donnerstag, 07. März, 15.00 – 17.00 h Havenhaus  
**Gute Zeiten für Frauen –  
Zurück ins Berufsleben**

---

Donnerstag, 07. März, 15.30 h Historisches Museum  
**Sophie Wencke, Lale Andersen und die anderen –  
FrauenLeben in Bremerhaven**

---

## INTERNATIONALER FRAUENTAG BREMERHAVEN

---

Donnerstag, 07. März, 17.30 h pro familia  
**Schwangerschaftsabbruch im aktuellen Diskurs und  
im praktischen Arbeitsalltag**

---

Donnerstag, 07. März, 18.00 – 20.00 h Casino der Weser-Elbe-Sparkasse  
**Historischer Vortrag:  
Prostitution in norddeutschen Hafenstädten 1750 – 1850**

---

Freitag, 08. März, 9.00 – 11.00 h Familienzentrum der AWO  
**„Eine gute Zeit fürs Frühstück“**

---

Freitag, 08. März, 15.00 – 18.00 h Strandhalle  
**Internationaler Frauentag mit Weserblick**

---

Freitag, 08. März, 18.30 h Deutsches Auswandererhaus  
**Frauen in der Fremde –  
thematische Führung mit Begrüßungscocktail**

---

Samstag, 09. März, 9.30 – 13.30 h Pfarrheim Heilige Herz Jesu  
**Gute Zeiten für Frauen?! Was macht gutes Leben aus?**

---

Samstag, 09. März, 10.00 h „Kogge“  
**Frauenfrühstück in der Kogge – Das Selbstbildnis der Frau**

---

Samstag, 09. März, 20.00 h Capitol  
**LISA CATENA – Der Panda – Code**

---

Sonntag, 10. März, 10.30 h Deutsches Auswandererhaus  
**Orientreisen europäischer Frauen**

---

Montag, 11. März, 17.00 h  
**OMAS GEGEN RECHTS – offenes Treffen**

---

Freitag, 15. März, 13.00 – 17.00 h Stadtarchiv Bremerhaven  
**Workshop: Bremerhavener Frauenportraits – Der Stadtteil Wulsdorf**

---

*Weitere Informationen bzw. Anmeldehinweise erhalten Sie auch im Internet  
unter [www.frauen.bremen.de](http://www.frauen.bremen.de)*



Donnerstag  
15.30 Uhr

## 7. März

### Sophie Wencke, Lale Andersen und die anderen

#### FrauenLeben in Bremerhaven

Wie lebten Frauen früher in Bremerhaven? Der Rundgang durch das Historische Museum Bremerhaven beleuchtet den Alltag von Frauen in der Seestadt von der Stadtgründung bis in die 1960er Jahre. In die Führung fließen die Biografien verschiedener Bremerhavenerinnen ein, so etwa der Werftbesitzerin Gesine Wencke und ihrer Enkelin, der Malerin Sophie Wencke, der Künstlerin Lale Andersen und der deportierten Jüdin Jeannette Schocken. Die Teilnehmerinnen erfahren auch, wie das Leben der Werftarbeiterfrauen aussah, welche Rolle die Nationalsozialisten Frauen zuschrieben und welche Leistungen Frauen in den Nachkriegsjahren erbrachten.

Kosten: 3,00 € pro Person  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Historisches Museum Bremerhaven in Kooperation mit dem Magistrat Bremerhaven, Amt für Jugend, Familie und Frauen

**Historisches Museum Bremerhaven  
An der Geeste**

17.30 Uhr

### Schwangerschaftsabbruch im aktuellen Diskurs und im praktischen Arbeitsalltag

„Wir haben abgetrieben!“ – so titelte der Stern 1971. Seit dem ist fast ein halbes Jahrhundert vergangen. Im Rahmen einer angeleiteten Diskussionsrunde wollen wir die aktuellen Entwicklungen insbesondere in Bremerhaven fokussieren, dabei werden u.a. verschiedene Fachkräfte und die Mitarbeiterinnen der pro familia aus ihrem Arbeitsalltag berichten.

Anmeldung: Tel. 0471 28722  
Barrierefrei: nein  
Veranstaltet von: pro familia Bremerhaven

**pro familia Beratungsstelle, Berliner Platz 1a**

18.00 – 20.00 Uhr

### Historischer Vortrag: Prostitution in norddeutschen Hafenstädten 1750 – 1850

Die Referentin promoviert an der Universität Hamburg über die Problematik der Prostitution in norddeutschen Hafenstädten im 19. Jahrhundert, was auch Bremerhaven einschließt. Sie stellt einen Teil ihrer Ergebnisse in diesem Vortrag der Öffentlichkeit vor.

Barrierefrei: ja  
Referentin: Kim Kristin Breitmoser M.A.(Hamburg)  
Veranstaltet von: Stadtarchiv Bremerhaven

**Casino der Weser-Elbe-Sparkasse  
Bürgermeister-Smidt-Straße 24 – 30**

# INTERNATIONALER FRAUENTAG

Freitag  
9.00 – 11.00 Uhr

## 8. März

### „Eine gute Zeit fürs Frühstück“

Ein gemeinsames Frühstück in den Räumen des Familienzentrums Louise-Schroeder-Straße 9b. Essen, Klönen und vielleicht etwas zum Nachdenken? Für kleine Kinder ist eine Spielecke vorbereitet.

Anmeldung: ingrid.zahn@awo-bremerhaven.de oder  
Tel. 0471 95 85 440  
Kosten: 2,00 € pro Person oder Spende  
Barrierefrei: ja, Rampe hinterm Haus  
Veranstaltet von: Familienzentrum Louise-Schroeder-Straße,  
Ingrid Zahn

**Familienzentrum  
der Arbeiterwohlfahrt  
Louise-Schroeder-Straße 9b**

15.00 – 18.00 Uhr

## Internationaler Frauentag mit Weserblick

Den Internationalen Frauentag in gemütlicher Kaffee- und Teerunde mit Informationen, Frauenpolitik, kleiner geistiger Aktivität und Kultur erleben. Mit Freundinnen, Bekannten, bisher nicht bekannten Frauen klönen, vernetzen und Kontakte knüpfen. Von anderen, historischen und literarischen Frauen erfahren – mit anderen Worten einen vergnüglich-politischen Nachmittag verbringen!

100 Jahre Frauenwahlrecht in Deutschland haben entscheidende Impulse für die Gleichberechtigung der Frauen gegeben. Trotzdem ist es bis zur Geschlechterdemokratie noch ein weiter Weg. Gleicher Lohn für gleiche Arbeit, Renten-Paygap in der Folge, Frauen in Führungspositionen, in Aufsichtsräten, Gewalt in nahen Beziehungen sind die Dauerbrenner. Und immer noch bzw. wieder werden wir mit bekannten Themen beschäftigt: schlechte Bezahlung in Careberufen, Schwangerschaftsabbruch und § 219 a, gegenderte Sprache.

Also feiern wir den 8. März weiterhin!

Wenn Sie dazu Lust haben und Senatorin **Anja Stahmann** live erleben wollen – dann kommen Sie am 8. März in die Strandhalle.

Wir haben uns in diesem Jahr für diesen Ort mit Ausblick auf die Weser bei hoffentlich strahlendem Sonnenschein entschieden.

Programm:

Begrüßung – Dr. Anne Röhm

Grußwort – Senatorin Stahmann und Gespräch zum Int. Frauentag

Frauen-Kurz-Quiz

Heike Eulitz liest ausgewählte Texte von Frauen

Kaffee, Tee, Kuchen und Wasser stehen für Sie bereit.

Kosten: um eine Spende wird gebeten

Barrierefrei: nein

Veranstaltet von: ZGF – Büro Bremerhaven

**Strandhalle Bremerhaven  
Salon Lloyd / 1. Stock, H.-H. Meier-Straße 1**

18.30 Uhr

## Frauen in der Fremde –

thematische Führung mit Begrüßungscocktail

Nach einem Begrüßungscocktail lernen die Teilnehmerinnen auf einem Rundgang durch das Deutsche Auswandererhaus die bewegenden Lebensgeschichten von Frauen kennen, die im 20. Jahrhundert ihre Heimat verließen und in der Fremde ein neues Leben begannen. So zum Beispiel Ilse Prechtel, die es im Alter von 21 Jahren in ihrer bayerischen Heimat nicht mehr aushält: Sie zieht 1949 nach Australien und begegnet dort nicht nur Koalabären und Krokodilen, sondern auch ihrem zukünftigen Ehemann Colin Tesch. In Deutschland hingegen verliebt sich die Belgierin Elza Neiryck 1940 in den deutschen Soldaten Karlheinz Schüler. Zwei Jahre später wird sie dann ins schlesische Krappitz deportiert – in die Uhrenfabrik ihres zukünftigen Schwiegervaters. Wie die beiden jungen Frauen ihr Leben in der Fremde meisterten, das erfahren die Teilnehmerinnen während dieser Führung am Weltfrauentag.

Anmeldung: erwünscht unter Tel. 0471 90220 – 0  
Kosten: 19,50 € pro Person, einschl. Begrüßungscocktail  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Deutsches Auswandererhaus Bremerhaven

**Deutsches Auswandererhaus  
Columbusstraße 65**

Samstag  
09.30 – 13.30 Uhr

# 9. März

## Gute Zeiten für Frauen?!

Was macht gutes Leben aus?

Innehalten in Zeiten der Beschleunigung- Impuls, Gespräch und Selbstwahrnehmung

Beschleunigung prägt unsere Gesellschaft und damit auch unser Leben als Frauen. Arbeitsprozesse verdichten sich. Die (psychische) Belastung nimmt zu, weil wir das Vielerlei an Informationen und Anforderungen kaum noch bewältigen. Aber auch, weil unsere Ansprüche an das Leben, an Erlebnis- und Konsummöglichkeiten immer mehr steigen. Die Angst, nicht mithalten zu können, treibt die Beschleunigung an. Die Sehnsucht nach Entschleunigung, nach einer anderen Art von Leben wächst. Und immer mehr stellen sich die Frage: Was macht gutes Leben aus? Wieviel und was brauche ich zum Leben?

An diesem Vormittag gestalten wir eine gute Zeit für Frauen: Beim Kaffeetrinken finden die ersten Begegnungen statt. Auf unterschiedlichen Weisen werden wir uns dann Fragen widmen, in denen es um unsere Erfahrungen und unsere Vorstellungen von gutem Leben geht. Dabei bleibt es nicht bei theoretischen Erörterungen. Begleitet von einer Fachfrau nehmen wir uns in praktischen Übungen spielerisch selber wahr und kommen miteinander in Kontakt und ins Gespräch

Innehalten in Zeiten der Beschleunigung- Impuls, Gespräch und Selbstwahrnehmung

Anmeldung: Angelika Domdey Tel. 0471 3085 996 (AB nutzen)  
oder [angelika.domdey@dekanat-bremerhaven.de](mailto:angelika.domdey@dekanat-bremerhaven.de)  
Kosten: Bitte um eine freiwillige Spende  
Bitte mitbringen: warme, rutschfeste Socken und wenn vorhanden eine Decke oder Matte für den Boden  
Barrierefrei: ja

Veranstaltet von: Caritasverband für Bremerhaven & dem Landkreis Cuxhaven, B. Klaukien und Katholische Frauenseelsorge, A. Domdey

**Pfarrheim Heilige Herz Jesu  
Bremerhaven – Geestemünde  
Buchstraße 50**

**10.00 Uhr**

## **Frauenfrühstück in der Kogge**

**Thema: Das Selbstbild der Frau**

Der Deutsche Frauenbund für alkoholfreie Kultur e.V. veranstaltet zum Internationalen Frauentag ein Frauenfrühstück in der Kogge. Martina Toppe referiert zum Thema: Das Selbstbild der Frau.

Anmeldung: Gisela Lindner Tel. 0471 291548  
Kosten: 5,00 € pro Person  
Barrierefrei: ja  
Referentin: Martina Toppe  
Veranstaltet von: Deutsche Frauenbund für alkoholfreie Kultur e.V.

**„Kogge“  
Goethestraße 23**

**20.00 Uhr**

## **LISA CATENA**

**„Der Panda – Code“**

Das 2. Soloprogramm der inzwischen mit Kabarettpreisen überhäuften Lisa Catena ist alles, was sie von einer Schweizerin nicht erwarten: schnell, politisch und komplett unneutral. Was daran liegen mag, dass Catena zur Hälfte Italienerin ist. Und dieser Mix hat's in sich! Mit geschärftem Blick und einer erfrischenden Sicht von außen interpretiert sie die Geschehnisse und zeigt Zusammenhänge auf. Sie weiß nicht nur, wie man schweizerisch diskret an Geld kommt, sondern auch wie man allen erzählt, man wäre bettelarm - obwohl man in der größten Villa am Platz lebt. Widersprüchlich sagen Sie? Normal sagt Lisa Catena.

Lisa Catena lotet die Grenzen der politischen Satire neu aus und trägt das Gesinnungs-Kabarett zu Grabe. Zielgenau schießt sie ihre Wortspitzen ins Herz momentaner Befindlichkeiten. Das Märchen von „Des Kaisers neue Kleider“ bekommt bei ihr im Zusammenhang mit YouPorn und Dschungelcamp eine ganz neue Brisanz. Die Automobilindustrie muss durch immer absurdere Maßnahmen vor der sicheren Pleite geschützt werden und was die Kühe in der Welt anrichten, das geht tatsächlich auf keine Ministerhaut mehr. Freuen Sie sich auf einen lustvollen Biss in die Wade der aktuellen Politik! Am Ende dieses Kabarettabends sind Sie reicher, schlauer und geheimnisvoller. Der Panda-Code macht's möglich!

Kosten: Vvk 17,00 € / Ak 19,00 €  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Arbeitnehmerkammer Bremerhaven

**Capitol  
Hafenstraße 156**

Sonntag  
10.30 Uhr

# 10. März

## Orientreisen europäischer Frauen

Vortrag PD Dr. Ulrike Stamm, Humboldt-Universität zu Berlin, Institut für deutsche Literatur

Als Frau in den Orient reisen? Selbst heute noch ein Abenteuer – am Anfang des 19. Jahrhunderts aber eine Provokation. Indem sie ihr häusliches Umfeld verließen, brachen reisende Frauen mit den bürgerlichen Idealen von Weiblichkeit und stellten ihnen emanzipatorische Ideen gegenüber. Und so erzählten sie in ihren Berichten nicht nur vom Orient, sondern – direkt oder indirekt – auch von sich selbst. Dr. Ulrike Stamm, Privatdozentin am Institut für deutsche Literatur der Humboldt-Universität Berlin, erläutert in diesem Vortrag im Deutschen Auswandererhaus, wie die Berichte reisender Frauen sowohl das Bild des Orients als auch die Vorstellung von Weiblichkeit in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts veränderten.

Anmeldung: erwünscht unter Tel. 0471 90220 – 0  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: Deutsches Auswandererhaus Bremerhaven

**Deutsches Auswandererhaus  
Columbusstraße 65**

Montag  
17.00 Uhr

# 11. März

## OMAS GEGEN RECHTS

– offenes Treffen –

Die OMAS GEGEN RECHTS wurden Anfang 2017 in Österreich gegründet. Seit der Gründung der deutschen OGR-Gruppe Anfang 2018 wächst die Bewegung unaufhaltsam mit immer weiteren regionalen Gruppen. Im November 2018 hat sich die Gruppe OMAS GEGEN RECHTS Bremerhaven und Umzu gegründet, die sich für die Städte Bremerhaven, Cuxhaven und die umliegenden Landkreise zuständig sieht. Die monatlichen Treffen sind offen für Menschen jeden Alters und Geschlechts- also definitiv auch für OPAS und andere „Nicht-OMAS“! OMA GEGEN RECHTS sein ist eine innere Haltung...

Anmeldung: OGR-Bremerhaven@gmx.de  
Barrierefrei: ja  
Veranstaltet von: OMAS GEGEN RECHTS Bremerhaven und Umzu

**Der Veranstaltungsort wird Ihnen  
bei der Anmeldung bekannt gegeben**

Freitag  
13.00 – 17.00 Uhr

# 15. März

## Workshop: Bremerhavener Frauenportraits

- Der Stadtteil Wulsdorf -

Wie schon in den Vorjahren erforschen wir berühmte Frauenpersönlichkeiten, die den Stadtteil Wulsdorf prägten. Die Teilnehmenden erarbeiten sich unter Anleitung die Lebensgeschichte einer ausgewählten Wulsdorferin und stellen die Ergebnisse bei einem Historischen Stadtrundgang im Sommer vor.

Anmeldung: [stadtarchiv@magistrat.bremerhaven.de](mailto:stadtarchiv@magistrat.bremerhaven.de);  
0471 5902567 (begrenzte Teilnehmerzahl)

Barrierefrei: ja  
Referentinnen: Christine Holzner-Rabe M.A., Dr. Julia Kahleyß,  
Berit Seitz

Veranstaltet von: Stadtarchiv Bremerhaven in Kooperation mit der  
Volkshochschule Bremerhaven

**Stadtarchiv Bremerhaven**  
**Stadthaus 5**  
**Hinrich-Schmalfeldt-Straße**

## Die Bremerhavener Frauenwoche wird veranstaltet von:

**Bremische Zentralstelle für die  
Verwirklichung der Gleichberechtigung der Frau  
Büro Bremerhaven (ZGF)  
[www.frauen.bremen.de](http://www.frauen.bremen.de)**

### in Kooperation mit

afz – Beratungsstelle ZIB Zukunft im Beruf	Frauenstammtisch der Stadt Geestland
Amt für Jugend, Familie und Frauen / Magistrat Bremerhaven	Freundeskreis der Stadtbibliothek Bremerhaven
ArbeitnehmerInnenkammer kulturell / Capitol	Historisches Museum Bremerhaven
ASF – Arbeitsgemeinschaft sozialdemokratischer Frauen der SPD Bremerhaven	InCoTrain GmbH Katholische Frauenseelsorge Bremerhaven
AWO Bremerhaven	KoKi Bremerhaven e.V.
Buchhandlung Memminger	Landeszentrale für politische Bildung
Caritasverband Bremerhaven	OMAS GEGEN RECHTS
Deutscher Frauenbund für alkoholfreie Kultur e.V.	pro familia Bremerhaven
Deutsches Auswandererhaus	Stadtarchiv Bremerhaven
DRK – Familienzentrum Louise-Schröder- Straße	Stadtbibliothek Bremerhaven Turnkreis Bremerhaven
Frauengruppe Bündnis für Demokratie Bremerhaven	Volkshochschule Bremerhaven

mit finanzieller Unterstützung durch



**Weser-Elbe  
Sparkasse**



**SEESTADT  
BREMERHAVEN**