



**GLEICH
STELLUNG**
ARNSBERG



FORTBILDUNGSREIHE
ARNSBERGER
FRAUEN STÄRKEN

Veranstaltungen
2022/2023

FORTBILDUNGSREIHE

ARNSBERGER FRAUEN STÄRKEN

Gesellschaftliche Rollen von Frauen und Männern sind immer noch sehr unterschiedlich und auch die damit verbundenen Konsequenzen.

So sind es meistens Frauen, die sich um die Kindererziehung und die familiäre Altenpflege kümmern.

Nicht selten ist Altersarmut eine Folge langjähriger Familienarbeit. Auch sind es zum größten Teil Frauen, die sich häuslicher Gewalt ausgesetzt sehen oder die im Fall von Trennung und Scheidung den „Kürzeren“ ziehen.

DIESE FORTBILDUNGSREIHE hat das Ziel, Wissen zu vermitteln, um sich im Bedarfsfall gut aufstellen zu können, also resilient/krisenfest zu sein, um die eigenen familiären und beruflichen Ziele trotz Hindernisse sinnvoll verfolgen zu können.

Nicht jeder Frau ist es zeitlich möglich, an Präsenzveranstaltungen teilzunehmen. Daher können ausgewählte Veranstaltungen **digital verfolgt bzw. unter www.arnsberg.de/gleichstellung abgerufen werden.** Ganz problemlos – nach Bedarf und zeitlicher Möglichkeit – von zu Hause aus.

Weitere Informationen zu den Angeboten sind unter **www.arnsberg.de/arnsbergerfrauenstärken** zu finden.

Wir laden Sie ein, dieses kostenlose Angebot zu nutzen.

* **Begrenzte Platzzahl, Anmeldung erwünscht unter gsb@arnsberg.de oder persönlich, schriftlich, über die Website, per E-Mail oder telefonisch bei der VHS Arnsberg-Sundern (Kontakt siehe Rückseite).**



Digitale
Veranstaltung



Präsenz-
Veranstaltung*

AUFTAKTVERANSTALTUNG

AM 23.8.2022 IN DER KULTURSCHMIEDE



HINGEFALLEN – AUFGESTANDEN – KRONE GERICHTET – WEITERGEMACHT

Referent*in: 103-101 / Zita Küng

Kulturschmiede, Apostelstr. 5, 59821 Arnsberg
Di. 23.08.2022, 18:00 - 20:15 Uhr
1 Termin / 3 Ustd. / entgeltfrei

Sie sind fähig und verantwortungsbewusst, haben Ideen und sind kooperativ. Trotzdem läuft nicht immer alles rund. Selbst, wenn Sie keine schwerwiegenden Fehler machen, können Sie Ihre Position oder das Vertrauen der anderen verlieren oder Sie stellen fest, dass es einfach nicht mehr weitergeht. Aktiv sein bedeutet immer auch, Niederlagen, Enttäuschungen und Anfechtungen zu erleben und damit umzugehen.

Wie können Sie sich für Stürme wappnen, wieder aufstehen und, mit gerichteter Krone, den nächsten Schritt planen?
Das ist Thema des Abends.

Zita Küng zeigt Ihnen, dass dieses „Hairspray“ aus verschiedenen Haltungen, Vorkehrungen und Strategien bestehen kann und sorgt dafür, dass Ihre Handlungsfähigkeit zurückkehrt. Die Analyse der Gründe für eine Niederlage (resp. der dahinterliegenden ungeschriebenen Regeln), das realistische Verorten des eigenen Beitrags dazu und das Aufrechterhalten der angemessenen Selbstachtung sind Bestandteile dieser inneren Vorbereitung.

Aber nicht nur Niederlagen können schwierig sein: auch Erfolg, Sieg und Gelingen sind für Frauen nicht unproblematisch. Sie lernen neue Ansätze und kleine Tools kennen. Sie tauschen sich mit den Anwesenden aus und werden etwas sturmfeher.

KRÖTEN ZÄHLEN, STATT PRINZEN KÜSSEN

Warum ein Mann keine Altersvorsorge ist



Referent*in: 103-103 / Prof. i.R. Dr. Uta Meier-Gräwe

Digital abrufbar ab 15.09.2022 unter www.arnsberg.de/gleichstellung
1 Termin / 1 Ustd. / entgeltfrei

In der Brigitte-Studie von 2021 bekunden 60 % aller befragten Frauen, Angst vor Altersarmut zu haben. Ist das übertrieben und möglicherweise eine unter dem Eindruck der Corona-Pandemie nur kurzzeitig so negativ empfundene Einschätzung?

Heute 35-jährige Mütter mit Kindern haben trotz guter und sehr guter Bildungsabschlüsse in Westdeutschland ein um 62 % geringeres Lebenserwerbseinkommen zu erwarten als die männliche Vergleichsgruppe. Im Gegensatz dazu wirkt sich die Vaterschaft auf das Lebenserwerbseinkommen von Männern nicht nennenswert aus. Die Befürchtungen der Frauen sind also durchaus realistisch!

Wie ist das zu erklären? Nach wie vor setzt der deutsche Sozialstaat auf das klassische „Ernährermodell“, seit einigen Jahren modifiziert durch das Zuverdienerinnen-Modell (Gutachten zum Zweiten Gleichstellungsbericht der Bundesregierung). Gleichstellungspolitisch ändert das an der klassischen Arbeitsteilung allerdings kaum etwas: Er erwirtschaftet im Erwerbsleben das Familieneinkommen, Sie ist für weitgehend für die unbezahlte Care-Arbeit zuständig, ergänzt um einen kleinen Teilzeit- oder einen Minijob. Steuerlich veranlagt als Paar in der Kombination 3 und 5, Mutter und Kind(er) mitversichert in der Krankenkasse des Partners. Die finanziellen Langzeitfolgen für das Lebenserwerbseinkommen der Frauen sind ernüchternd; noch einmal mehr im Falle von Trennung oder Scheidung.

Seit Jahren werden deshalb aus gleichstellungspolitischer Sicht grundlegende Reformen des Steuerrechts angemahnt, aber bisher nicht umgesetzt, z. B. die Abschaffung des Ehegattensplittings, zumindest Streichung der Steuerklasse 5.

Bemerkenswert ist, dass die EU-Kommission Deutschland kürzlich nachdrücklich dazu aufgefordert hat, den Corona- Wiederaufbau-fonds auch für eine Reform des Ehegattensplittings einzusetzen.

Die deutliche finanzielle Schlechterstellung von Frauen resultiert darüber hinaus aus der Unterbewertung der systemrelevanten Care-Berufe, in denen Frauen überdurchschnittlich häufig tätig sind. Auch hier besteht dringender Handlungsbedarf.

Auf der kommunalen Ebene hilft hier einerseits Aufklärung, z. B. in den Standesämtern zu empfehlen, sich für die Steuerklassenkombination 4/4 mit Faktor zu entscheiden oder über einen Ehevertrag nachzudenken, der die soziale Absicherung der Partnerin regelt, wenn sie länger aus dem Beruf aussteigt, um die Care-Arbeit für Partner und Kinder zu übernehmen. In der öffentlichen Verwaltung sollten den Mitarbeiterinnen berufliche Perspektiven eröffnet und um die Erhöhung ihres Arbeitsvolumens gerungen werden – bei gleichzeitigem Angebot von passgenauen alltagsunterstützenden Dienstleistungen. Darüber hinaus gilt es, Modelle zum „Führen in Teilzeit“ zu erproben und zu kommunizieren (Stichwort: Vorbildwirkung im öffentlichen Dienst).

Zum Weiterlesen und Weiterhören:

Helma Sick/Renate Schmidt (2015): Ein Mann ist keine Altersvorsorge. Warum finanzielle Unabhängigkeit für Frauen so wichtig ist. München.

Aktueller Link zur Folge über Care-Arbeit:

www.ndr.de/nachrichten/info/Care-Arbeit-neue-Ideen-fuer-einen-gerechten-Alltag,audio903852.html



RESILIENZ, SKILLTRAINING

Resilienz – Arnberger Frauen stärken



Referent*in: 103-104 / Dr. Katrin Henneke-Garbrecht

Möhnepark, Werler Str. 2a, 59755 Arnberger

Sa. 17.09.2022, 10:00 - 17:00 Uhr

1 Termin / 8 Ustd. / entgeltfrei

Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

Digital abrufbar ab 20.09.2022 unter www.arnsberg.de/gleichstellung

Ob globale Krisen wie Corona und Krieg, private Dramen wie Trennung und Krankheit oder alltägliche Stressoren wie Zeitdruck und Veränderungen im Job: Es gibt Menschen, die mit diesen Situationen nicht nur sehr gut fertig werden, sondern auch gestärkt aus ihnen hervorgehen.

Dahinter steckt die Resilienz: eine psychische Robustheit, die uns unterstützt, in belastenden Situationen widerstandsfähig zu sein. Diese Fähigkeit hilft uns nicht nur mit Krisen, sondern auch mit Stress besser umgehen zu können und trotz hoher Anforderungen gelassen zu bleiben. In diesem Workshop erfahren die Teilnehmer*innen u. a., was Stress ist. Dann erarbeiten Sie durch aktive Mitarbeit, was Sie stark macht und entwickeln Strategien, die eigenen Ressourcen zu nutzen.

ENTLASTUNGSMÖGLICHKEITEN IN DER HÄUSLICHEN PFLEGE



Referent*in: 103-106 / Martin Polenz und Michaela Werth

Peter Prinz Bildungshaus, Forum, Ehmsenstr. 7, 59821 Arnsberg
Mo. 17.10.2022, 19:00 – 20:30 Uhr
1 Termin / 2 Ustd. / entgeltfrei
Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

Digital abrufbar ab 19.10.2022 unter www.arnsberg.de/gleichstellung

Wenn ein Familienmitglied pflegebedürftig wird, stellen sich viele Fragen. Es ist der Wunsch der meisten Menschen, so lange wie möglich zu Hause wohnen zu bleiben. Der Vortrag stellt unterschiedliche Entlastungsangebote im Bereich der häuslichen Pflege vor. Zusätzlich erfahren Sie, welche Zugangswege dafür beschränkt werden müssen und welche Leistungen der Pflege und Krankenkasse dafür zu Verfügung stehen.

Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie Sie Pflege mit Hilfe regionaler Unterstützungsangebote sicher und leistbar gestalten können. Wo erfahre ich Hilfe bei wichtigen Fragen und wer leistet konkrete Hilfeangebote. Gewinnen Sie einen Überblick über das in Arnsberg vorhandene Entlastungsangebot für pflegende Angehörige. Es werden die wichtigsten Beratungs- und Anlaufstellen vorgestellt, an die sich Ratsuchende in unserer Region wenden können.

Der Vortrag wird den jeweils aktuellen Veränderungen und Neuerungen angepasst.

RECHTLICHE ASPEKTE BEI SEXUALISierter GEWALT



Referent*in: 103-102 / Dr. Anja Böning

Peter Prinz Bildungshaus, Forum, Ehmsenstr. 7, 59821 Arnsberg
Do. 03.11.2022, 18:00 – 19:30 Uhr
1 Termin / 2 Ustd. / entgeltfrei
Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

Digital abrufbar ab 04.11.2022 unter www.arnsberg.de/gleichstellung

Das Recht auf ein Leben frei von Gewalt ist ein Menschenrecht. Der Vortrag beleuchtet sexualisierte Gewalt zunächst als gesellschaftliches Phänomen. Dabei geht es um Formen und das Ausmaß sexualisierter Gewalt in unserer Gesellschaft. Sexualisierte Gewalt wird dann in einen rechtlichen Kontext gestellt. Wo und wie ist der Schutz vor sexualisierter Gewalt geregelt? Hier soll es vor allem um den Rechtsbereich des Strafrechts und die Rechtslage im Arbeitskontext gehen.

TRENNUNG UND SCHEIDUNG

Vortrag für Frauen



Referent*in: 103-107 / Sabine Vogel

Möhnepark, Werler Str. 2a, 59755 Arnsberg
Di. 15.11.2022, 18:00 – 19:30 Uhr
1 Termin / 2 Ustd. / entgeltfrei
Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

Digital abrufbar ab 16.11.2022 unter www.arnsberg.de/gleichstellung

Ehen werden auf Lebenszeit geschlossen, aber mehr als ein Drittel aller Ehen werden geschieden. Es reichen mehr Frauen als Männer die Scheidung ein. Mit Trennung und Scheidung stellen sich viele Fragen:

- Wo bleiben die Kinder? Wie wird der Umgang geregelt?
- Wer bekommt die Wohnung/das Haus?
- Wer muss wie viel Unterhalt, für wen zahlen?
- Wie viel muss ich arbeiten – auch wenn ich die Kinder betreue?
- Wie wird das Vermögen aufgeteilt (Zugewinnausgleich)?
- Was passiert mit meinen Rentenanwartschaften?
- Was sind die Voraussetzungen für eine Scheidung?
- Welche Besonderheiten gibt es, wenn mein Mann gewalttätig ist?

- Wie bekomme ich Beratung, wenn ich kein Geld habe?
- Was passiert mit Schulden, die in der Ehe gemacht wurden?
- Was ist eine Mediation?

Die Antworten auf all diese Fragen wird die Referentin in ihrem Vortrag erläutern. Der Vortrag ersetzt keine Rechtsberatung, aber gibt einen ersten Überblick über wichtige Fragen, die im Rahmen einer Trennung oder Scheidung auftauchen können.

Die Veranstaltung ist speziell für Frauen. Die Rollenverteilungen in der Ehe sind nach wie vor ungleich – insbesondere, wenn Kinder vorhanden sind. Frauen tragen häufig die Hauptlast des Haushalts, der Familienorganisation und der Kindererziehung. Sie sind diejenigen, die eher zugunsten der Familie beruflich zurückstecken und dadurch finanzielle Nachteile erleiden. Frauen sind deutlich häufiger Opfer von häuslicher Gewalt.

WIE KOMME ICH BERUFLICH WEITER?

Karriereplanung für Frauen



Referent*in: 103-105 / Ulrike Burkert

Möhnepark, Werler Str. 2a, 59755 Arnsberg

Di. 07.02.2023, 14:00 – 17:00 Uhr

1 Termin / 4 Ustd. / entgeltfrei

Eine Anmeldung ist aufgrund der begrenzten Teilnehmeranzahl erforderlich.

„Wenn man nicht weiß, welchen Hafen man ansteuert, ist kein Wind günstig.“ - Seneca d.J., Buch Epistulae morales

Wenn Frau selbst keine Vorstellung davon hat, was sie eigentlich beruflich erreichen will, wird sie es auch nicht erreichen. Frauen müssen ebenso wie Männer „HIER“ rufen, sonst wird niemand auf sie aufmerksam.

Um die berufliche Richtung zu finden und gezielt anzumelden, werden wir in diesem Seminar mit verschiedenen Methoden einige Fragen stellen und individuell beantworten: - Wie kommt frau beruflich weiter? - Was will ich beruflich erreichen? - Was für ein Typ Frau bin ich und welche Rolle passt zu mir? - Was kann ich besonders gut? - Was liegt mir nicht so sehr? - Welche Hürden und Hemmnisse gibt es und wie kann ich sie überwinden?

Ab Dezember 2022 AUFTAKT DER REIHE

FRAU.MACHT.Politik.

EINSTIEG IN DIE KOMMUNALPOLITIK

Eine lebendige Demokratie lebt von aktiven Bürger*innen. Dies gilt es zu fördern. Das übergeordnete Ziel ist die Förderung und Stärkung von Beteiligungslandschaften auf kommunaler Ebene in Deutschland und die Kompetenzentwicklung von weiblichen Akteur*innen, denn immer noch ist die Parität nur ein wünschenswertes Ziel. Die nächste Kommunalwahl ist bereits in Sicht. Politische Engagementfelder gibt es immer mehr.

Der Wunsch nach Beteiligung geht einher mit dem Wunsch etwas verändern zu können.

Hierzu muss man die Systeme und Hintergründe verstehen und rechtzeitig sein Engagement sinnvoll vorbereiten. Diese Bildungsreihe soll Frauen, die sich politisch engagieren wollen, das richtige „Handwerkzeug“ für den Einstieg in Ihr politisches Engagement geben. Die Gleichstellungsbeauftragten der Städte Arnsberg, Detmold, Gütersloh, Lippstadt und Minden bieten durch diese Bildungsreihe darüber hinaus auch einen überregionalen Austausch und eine gute Vernetzung von politisch agierenden Frauen an.

Die Veranstaltungstermine werden Ende 2022 bekannt gegeben.

KOMMUNALE STRUKTUREN UND DIE POLITISCHE ARBEIT VON GREMIEN VOR ORT



Referent*in: Kirsten Eckhardt

Die Gemeindeordnung wird der kommunalen Ebene als Landesgesetz vorgegeben. Das Verhältnis der gewählten örtlichen Volksvertretung und hauptamtlicher Verwaltung ist ein Bestandteil. Wichtige Aspekte sind insbesondere die Aufgaben der Gemeinden, die Abgrenzung der Zuständigkeiten zwischen Rat und Verwaltungsspitze, die politischen

Teilhabemöglichkeiten, die Aufgaben von Verwaltungsvorstand und Bediensteten, die Haushaltsgrundsätze usw.

In dieser Veranstaltung wird ein Einblick in die Strukturen, Aufgaben und die Arbeitsweise der politischen Gremien und der Verwaltung gegeben.

SPEEDDATING MIT KOMMUNALPOLITIKERINNEN



Speeddating-Runde mit aktiven Kommunalpolitiker*innen und anschließendem Austausch in einer „Kaminrunde“.

Kein Buch mit sieben Siegeln EINFÜHRUNG IN DAS LEBEN UND VERSTEHEN VON HAUSHALTZAHLEN



Referent*in: Rainer Schäferhoff

Der Haushalt und Haushaltsplanberatungen sind eines der Kernstücke der Kommunalpolitik. Doch wer sich erstmals mit einem kommunalen Haushalt beschäftigt, ist zunächst irritiert durch die Fülle von Informationen, die auf den ersten Blick nur schwer zu strukturieren sind.

Mit dem kommunalen Haushalt werden zentrale Weichen für die Entwicklung vor Ort gestellt.

Hier entscheidet sich, welche Spielräume kommunalen Entscheidungsträger*innen während eines Jahres verbleiben und in welche Richtung sich die Kommune entwickelt.

Hinzu kommt, dass Haushaltsplanberatungen anhand der einzelnen Produkte und Investitionen erfolgen, der Gesamtüberblick kann dabei leicht verloren gehen.

Die Fortbildung soll dazu beitragen, sich besser in einem Haushalt orientieren zu können und darüber hinaus, einen allgemein verständlichen Überblick über den Haushalt und seine Systematik zu erhalten.

GEMEINSAME VERANSTALTUNGEN ALLER BETEILIGTEN STÄDTE

Arnsberg, Detmold, Lippstadt, Gütersloh, Minden

Die Veranstaltungstermine werden im **Herbst 2022** bekannt gegeben.

Modul/Titel	Ort	Digital/Präsenz	In Kooperation
Einführungsveranstaltung	Detmold		
Anliegen klug und erfolgreich einbringen	Detmold		
Ihr Auftritt bitte: Persönliche Präsenz und öffentliche Wirkung	Arnsberg		KAS
Rolemodels Frausein – Typisch Frau!? Die Zukunft ist weiblich: Neue Rollenbilder entdecken	Gütersloh		KAS
Sprache und Macht	Lippstadt		FES
Stimmtraining	Lippstadt		FES
Wie funktioniert Kommunalpolitik: Vom Beteiligungsgedanken zur Listenaufstellung	Arnsberg		
Besuch des Landtags NRW	Düsseldorf		
Das Gute an der Macht: Wie Sie Hierarchien und Status strategisch einsetzen und sinnvoll nutzen	Minden		KAS
Politische Beteiligung außerhalb von Kommunalpolitik	Minden		HBS
Resilienz und Zeitmangement	Detmold		FES
Abschluss und Perspektiven	Detmold		

Die Teilnahme an allen angebotenen Veranstaltungen ist für interessierte Frauen aus allen Städten möglich. Fahrgemeinschaften bzw. Unterbringungsmöglichkeiten (bei zweitägigen Veranstaltungen) werden ermöglicht/organisiert.

Die Teilnehmer*innenplätze sind begrenzt.



Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der HBS, der FES und der KAS sowie der örtlichen Volkshochschule statt. Unser besonderer Dank geht an die kooperierenden Bildungsträger.

KONTAKT



STADT ARNSBERG GLEICHSTELLUNGSSTELLE

PETRA BLESEL

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Arnberg
02932 201-1491 | gsb@arnsberg.de

PETRA WECK

Stellv. Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Arnberg
02932 201-1320 | p.weck@arnsberg.de



Volkshochschule
Arnsberg/Sundern

VOLKSHOCHSCHULE ARNSBERG/SUNDERN

SYLVIA MÜLLER-DÖRFLER

Stellv. Leitung
02932 972814 | s.mueller-doerfler@vhs-arnsberg-sundern.de
www.vhs-arnsberg-sundern.de

www.arnsberg.de/gleichstellung

