

1. Beckumer Frauenwoche vom 4. März bis 8. März



4. März

Verweigerung von Selbstbestimmung ist auch eine Form von Gewalt

Frau Gudd berichtet über Selbstbestimmung

19 Uhr im Jugendtreff Altes E-Werk, Sternstraße 24 in Beckum

Kostenfrei

Barrierefreier Zugang und Toilette für alle

5. März

Banden bilden-Bühnen bieten Mehr Frauen in die Politik!

Das Ministerium für Frauen bietet diese Veranstaltung an.

Man kann nur noch online teilnehmen.

Anmelden geht über diese Adresse:
mkjfgfi-ift24.mohr-live.de/anmelden/

Los geht es um 15:30 Uhr.



Film-Abend

Heute wird um 19 Uhr im Freizeit-haus Neubeckum ein Film gezeigt.

Es geht um eine Malerin.
Sie soll eine Braut malen.
Das Bild soll der zukünftige Ehe-mann bekommen.
Beide Frauen verlieben sich in-ein-ander.

Wie geht es weiter?

Der Film ist ab 14 Jahre.

Charlotte Hund arbeitet beim Sozial-dienst katholischer Frauen.
Sie leitet ein Projekt für LSBTIQ* Personen.
Das bedeutet zum Beispiel:
Frauen lieben Frauen

Nach dem Film können wir über den Film reden.

19 Uhr im Freizeithaus Neubeckum, Gottfried-Polysius-Str. 6 in Neubeckum

Kostenfrei

Zum Kino muss man eine Treppe nutzen.

6. März

Equal Pay Day

Frauen und Männer bekommen nicht den gleichen Lohn.
Frauen kümmern sich um die Familie.
Sie erziehen die Kinder.
Sie pflegen die Ange-hörigen.
Frauen arbeiten mehr in Teil-zeit.

Das macht einen Unterschied aus.
Frauen verdienen 18% weniger.

Männer haben am Jahres-ende ihren Jahres-lohn erarbeitet.
Frauen haben den Jahres-lohn erst heute erarbeitet.
65 Tage später.

Darauf will ich auf-merksam machen.
Deshalb hängen am Rathaus in Beckum und Neubeckum die roten Flaggen.

In der Bücherei in Beckum gibt es einen Bücher-tisch.
Auf dem Tisch sind Bücher ausgelegt.
Die Bücher geben Informationen zum Thema Frauen und Geld.
Die Bücher können bis Freitag angeschaut werden.

Städtische Bücherei in der Gottfried-Polysius-Straße 8 in Neubeckum



7. März

Besuch des Ausschusses für Gleichstellung und Frauen im Landtag Düsseldorf

Einer Frau wurde Gewalt angetan.
Dann braucht sie Hilfe.
Hilfe gibt es in Frauen-beratungsstellen und im Frauen-haus.

Die Beratungs-stellen und Frauen-häuser brauchen Geld für ihre Arbeit.
Das Land NRW soll das bezahlen.
Die Hilfe ist wichtig für Frauen.
Die Beratungs-stellen und Frauen-häuser sollen nicht um das Geld bitten müssen.

Im Aus-schuss wird darüber geredet.
Wir wollen dabei sein und zeigen wie wichtig es ist.

Der Aus-schuss trifft sich im Landtag in Düsseldorf.

15 Uhr Treffpunkt Haltestelle Düsseldorf Landtag/Kniebrücke in Düsseldorf
Ein gültiger Personal-ausweis wird benötigt!

8. März

Internationaler Frauen-tag

Heute geht es um Gesund-heit.

Frauen müssen sich auch um sich selbst kümmern.
So tun sie etwas für ihre Gesund-heit.

Daran möchte ich erinnern.
Die AIDS-Hilfe aus Ahlen möchte auch daran erinnern.
Gemein-sam verteilen wir ein kleines Danke-schön.

15 Uhr bei Rewe Schürbüscher, Cheruskerstr 3 in Beckum

Beckenboden, Körperhaltung und Aufrichtung

Im Freizeit-haus in Neubeckum gibt es einen Yoga-Kurs.

Yoga sind bestimmte Übungen.

Übungen für die Seele.

Und Übungen für den Körper.

Die Idee für Yoga kommt aus dem Land Indien.

Yoga ist eine indische Lehre.

Auf Deutsch heißt Yoga: Einheit.

Oder: Harmonie.

Körper-übungen heißen im Yoga: Asanas.

Ein Yoga-lehrer heißt: Yogī

Eine Yoga-lehrerin heißt: Yoginī

- Viele Menschen machen Yoga zum Beispiel um:
sich zu entspannen
- sich gut zu fühlen
- um ihre Konzentration zu verbessern
- weil sie Rücken-schmerzen haben

Yoga kann helfen ein gutes Leben zu führen.

Der Kurs heute heißt: Kundalini Yoga Workshop.

Es geht um den Becken-boden, Körper-haltung und eine gerade Haltung.

Sie müssen bitte eine Matte, Sitz-kissen und Trink-flasche mitbringen.

17:30 bis 19:30 Uhr im Saal im Freizeithaus Neubeckum, Gottfried-Polysius-Straße 6 in Neubeckum

Barrierefreier Zugang

Bitte melden Sie sich an.

Die Telefon-nummer ist: 0 25 25 52 20

Der Kurs kostet 5 Euro.