

Programm Beckumer-Frauenwoche vom 7. März bis zum 12. März 2026

7. März

Give Away Aktion in Kooperation mit der AIDS-Hilfe Ahlen e. V.

Gemeinsam beschenken wir Frauen mit Informationen und schönen Kleinigkeiten. Die Aidshilfe weist damit auf ihr kostenloses und anonymes Beratungsangebot zu sexueller Gesundheit hin. Und auf die Möglichkeit, sich in der Beratungsstelle auf HIV, Hepatitis C und Syphilis testen zu lassen.

Mit Rosen und Salz möchte die Gleichstellungsbeauftragte auf die immer noch aktuelle Situation von Frauen hinweisen. Die Rosen stehen natürlich für all das, was von Frauen bis heute erkämpft worden ist. Wobei die Dornen auch symbolisieren, dass sich Veränderungen nicht ohne Widerstand ergeben. Das Salz steht für all die Themen, wo Frauen noch benachteiligt sind, sei es in der Gesundheitsforschung, bei Gewalt und leider auch noch in anderen gesellschaftlichen Bereichen.

Ort: Rewe Supermarkt, Cheruskerstraße 1-9 in Beckum

Wann: ab 11 Uhr bis alles verschenkt ist

8. März

Angebissen

Als sich unsere Großmütter vor 100 Jahren aus der engen Verschnürung ihrer Korsetts befreiten, geschah dies nicht nur, weil man ohne besser Charleston tanzen konnte.

Eine Generation später wuschen sich die Frauen den Trümmerstaub aus den Kleidern, zogen den Petticoat an und machen wieder Platz für das Oberhaupt der Familie.

Seit den 80iger stoßen sie trotz Bildung für alle an gläserne Decken und gehen schließlich für den Equal Pay Day auf die Straße.

Mit schauspielerischen Minitaturen und poetischer Wortkunst, mit Ratgeberliteratur und satirischen Chansons nimmt Jutta Seifert ihr Publikum mit auf eine Zeitreise durch 100 Jahre Frauengeschichte.

Eine Unterhaltung mit Witz und Tiefgang.

Ort: Stadttheater Beckum, Lippweg 4 in 59269 Beckum

Start: 18 Uhr

Kartenvorverkauf: über Reservix oder in den Bürgerbüros der Stadtverwaltung

Kosten: im Vorverkauf 20 € und ermäßigte Karten 15,50 €
an der Abendkasse 22 € und ermäßigte Karten 15,50 €



NEU ist ab 2026, dass die Veranstaltung für alle Geschlechter offen ist

9. März

Wer bestimmt, was Frau ist?



Was bedeutet Weiblichkeit – für dich, für mich, für uns?

In diesem Online-Workshop öffnen wir einen Raum, um Frausein zu hinterfragen, neu zu denken und vielleicht auch bewusst loszulassen. Unterschiedliche queere, feministische und persönliche Perspektiven sind willkommen.

Ein Abend zum Nachdenken, Austauschen, Zuhören und Zusammenrücken.

Für alle, die sich mit Frausein, Weiblichkeit und deren Bedeutungen auseinandersetzen möchten. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Wir legen Wert auf einen respektvollen, diskriminierungssensiblen Austausch.

Wann: Montag, 09.03.2026

Einlass: ab 18:00 Uhr

Beginn: 18:30 Uhr

Format: Online

Anmeldung bis 06.03.2026 per Mail an gleichstellung@beckum.de

Frauenstreiktag in Münster

09.03.2026 - 16 Uhr auf dem Domplatz

Mach mit!

GENUG IST GENUG

#enough



frauenberatung-
beckum.de



**FRAUEN
HELFEN
FRAUEN**
BECKUM E.V.

10. März

Frauen Beruf

Frauen und Beruf steht heute im Mittelpunkt. Es geht um Ihre Fragen zu Berufsberatung, Orientierung oder Wiedereinstieg.

Frau Bechthold bietet in der Zeit von 10 bis 13 Uhr im Besprechungsraum 152 im Rathaus Beckum Beratungsfenster für Frauen an.

Jeder Frau stehen für die Beratung 30 min zur Verfügung; Anmelden können sich bis zu 6 Frauen. Bei mehr als 6 Anmeldungen wird eine Warteliste geführt, um dann einen individuellen Termin vereinbaren zu können.

Anmeldungen sind unter **<https://eveeno.com/frauenwoche-beckum>** notwendig.

Der Raum ist über einen Fahrstuhl über den Innenhof erreichbar, ansonsten über Treppen. Bitte geben Sie Ihren Unterstützungsbedarf unter gleichstellung@beckum.de nach Terminbestätigung an.

Frauen und KI

Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags – doch viele Frauen begegnen ihr noch mit Unsicherheit.

Frau Müller von der Agentur für Arbeit möchte Frauen die Angst vor KI nehmen und sie ermutigen, verschiedene Anwendungen ganz praktisch kennenzulernen.

Denn nur wenn Frauen KI aktiv nutzen und mit ihren eigenen Themen und Daten „füttern“, wird sie auch frauenrelevanter und bildet ihre Perspektiven stärker ab.

Der online Vortrag startet um 15 Uhr.

Eine Anmeldung ist unter **<https://eveeno.com/ki-beckum>** notwendig.

Beide Beiträge sind Kooperationsveranstaltungen zwischen der Gleichstellung der Stadt Beckum und der Agentur für Arbeit Ahlen/Münster

11. März

KOPF VOLL? DU BIST NICHT ALLEIN.

Mental Load & Stress im Familienalltag verstehen und wirksam entlasten.



Mütter leisten täglich Enormes: organisieren, planen, erinnern, koordinieren und das bleibt meist unsichtbar. Diese dauerhafte mentale Verantwortung nennt sich Mental Load und sie ist einer der größten Stressfaktoren im Familienalltag.

In diesem Vortrag werfen wir einen ehrlichen, alltagsnahen Blick auf genau diese Belastungen. Sie erfahren, was Mental Load mit Stress und Erschöpfung macht.

- wie Sie Warnzeichen frühzeitig erkennen
- welche Notfall-Strategien im Alltag wirklich helfen

wie Entlastung Schritt für Schritt möglich wird

Neben fundiertem Wissen erhalten Sie praktische, sofort umsetzbare Werkzeuge für mehr Klarheit, mehr Leichtigkeit und neue Energie im Familienleben.

Beginn: 18 Uhr

Ort: Cafe im Mütterzentrum, Wilhelmstraße 41 in Beckum

Anmeldung: bis 9. März erforderlich an gleichstellung@beckum.de

Der Vortrag ist kostenfrei.

Die Räumlichkeiten sind rollstuhlgerecht zu erreichen und eine rollstuhlgerechte Toilette ist vorhanden.

Das Angebot ist eine Kooperation mit dem **Mehrgenerationenhaus** Mütterzentrum Beckum e.V. und der Gleichstellung der Stadt Beckum.

12. März

Gegendert wird, was auf den Tisch kommt

Die Kabarettistin und Comedienne Anne Vogd liest aus ihrem Buch.

Es erwartet Sie eine Comedy Lesung.

Sie lädt ein, die Dinge mit Humor zu betrachten, ohne sich darüber lustig zu machen. Denn was heute richtig ist, kann morgen schon falsch sein- und übermorgen schon richtig falsch. Diesem täglichen Topfschlagen auf vermintem Gelände nimmt sich die Autorin an.

Sie lädt zum Überdenken der eigenen Position ein, macht Lust auf neue Sichtweisen und setzt einem überfrachteten Alltag, der einen oft orientierungslos zurücklässt, Leichtigkeit entgegen.

Beginn: 19:30 Uhr

Ort: Jugendtreff Altes E-Werk, Sternstraße 24 in Beckum; im Multiraum

Die Lesung ist kostenfrei und eingeladen sind alle Interessierten.

Der Ort ist rollstuhlgerecht erreichbar und eine Toilette für Alle ist vorhanden.

Eine Anmeldung unter gleichstellung@beckum.de ist bis zum 10. März erforderlich.



Hausrecht & Verhaltenskodex für ein respektvolles Miteinander

Im Rahmen der Veranstaltungen der Beckumer Frauenwoche soll ein diskriminierungsfreies und respektvolles Miteinander gepflegt werden.

Ich und die Kooperationspartnerinnen erwarten von allen an den Veranstaltungen Beteiligten, die Prinzipien Gleichberechtigung, Toleranz und Antidiskriminierung zu respektieren.

Unsachliche oder auch personenbezogene Anfeindungen oder demokratiefeindliche Äußerungen sind mit einer Teilnahme an den Veranstaltungen unvereinbar.

Es werden keine Formen von Belästigung, Diskriminierung, Einschüchterung oder unangemessenes Verhalten geduldet.

Mit Ihrer Teilnahme stimmen Sie zu, die Grundsätze der Veranstaltung zu achten.

Als Veranstalterin behält sich die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Beckum vor, vom Hausrecht Gebrauch zu machen, wenn gegen diese Grundsätze verstoßen wird.

