

23. APRIL | 1. ABFAHRT: 14 UHR  
2. ABFAHRT: 16:30 UHR

Neupotz, Friedhofstraße,  
49°06'26.9"N 8°19'12.8"E

## Römerschiffahrt

„Eine Seefahrt die ist lustig, eine Seefahrt die ist schön,“  
so heißt es in einem Lied. War das zu Römerzeiten auch so?  
Wie erging es gerade Mädchen und Frauen zu dieser Zeit?

Darüber und noch vieles mehr hören Sie bei der gemeinsamen Veranstaltung der Gleichstellungsbeauftragten aus SÜW, LD und GER. Freuen Sie sich auf einen interessanten Nachmittag mit einer Fahrt auf der römischen Lusoria Rhenana und anschließendem Sekt.

In Kooperation mit dem Verein zur Förderung von Umweltbildung und römischer Geschichte.

Kosten: frei

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder 07274 53 1109

### WICHTIG!

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung per E-Mail oder Telefon unter den angegebenen Daten an, da die Teilnahme der jeweiligen Veranstaltungen begrenzt ist!

Vergewissern Sie sich bitte unter [www.kreis-germersheim.de/gleichstellung](http://www.kreis-germersheim.de/gleichstellung), ob die Veranstaltungen stattfinden können oder ob sich Änderungen ergeben haben.

### Kontakt und Information

Lisa-Marie Trog  
Gleichstellungsbeauftragte  
Tel. 07274 531109  
[gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de)



Gleichstellungsstelle Landkreis Germersheim  
Luitpoldplatz 1, 76726 Germersheim



20. MAI | 17:30 UHR

Germersheim, Asklepios Südpfalzlinik, Konferenzraum

## Resilienz – Was stärkt Frauen?

Kennen Sie das? Sie fühlen sich, als explodiere Ihr Kopf, weil Sie an alles Mögliche denken müssen? Sie fragen sich, wie Sie das alles schaffen sollen? Nach der Arbeit, Schule oder Uni noch schnell zum Elternabend, Einkaufen fahren, das Auto in die Werkstatt bringen, die Wochenplanung machen, den Wasserhahn reparieren oder/und einen Verwandten pflegen. Das Thema Resilienz spielt immer mehr eine wesentliche Rolle in unserer Gesellschaft. Der sogenannte mental load liegt vor allem bei den Frauen. Daher ist es umso wichtiger zu wissen, wie man Widerstandsfähigkeit lernen kann, um das seelische Immunsystem zu stärken. Frau Dr. med. Marcella Altherr, Chefärztin für Psychosomatik, wird einen Vortrag über das Thema Resilienz halten. Dazu laden wir Sie herzlich ein.

In Kooperation mit der Asklepios Südpfalzlinik Germersheim.  
Kosten: frei

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder 07274 53 1109.

5./10. JUNI | 24. / 29. JULI

Germersheim, Stadtpark Fronte Lamotte,  
Treffpunkt am Spielplatz

## YOGA – Ruhe und Entspannung für Frauen Veranstaltung im Außenbereich

Frauen tragen viel auf ihren Schultern – Familie, Beruf, Beziehungen, usw. Der Alltag kann da schnell zur Belastung werden. Yoga und Meditation können helfen, mehr Ruhe und Entspannung in Geist und Körper zu bringen. Sich selbst eine Auszeit gönnen und vom stressigen Alltag abschalten.

Bitte mitbringen: Bequeme, dem Wetter angepasste Kleidung, Yogamatte oder Handtuch, etwas zu trinken. Leitung: Janina-Alisha Michaelis

### 1. Möglichkeit: Schnupperworkshop

Termin: Sa, 05.06.2021, 10 - 11:30 Uhr, Kosten: ein Termin, 12 Euro  
Kurs: Do, 10.06.2021, 10:15 - 11 Uhr, Kosten: 5 Termine, 45 Euro

### 2. Möglichkeit: Schnupperworkshop

Termin: Sa, 24.07.2021, 10 Uhr - 11:30 Uhr, Kosten: ein Termin, 12 Euro  
Kurs: Do, 29.07.2021, 17 - 17:45 Uhr, Kosten: 5 Termine, 45 Euro

In Kooperation mit der KVHS Germersheim.

Anmeldung: Kreisvolkshochschule, 07274 53334 oder [vhs@kreis-germersheim.de](mailto:vhs@kreis-germersheim.de)

17. JUNI | 17 UHR

Germersheim, 17er Str. 4, Raum 4.06

## 25 Jahre Deutscher Frauenring in Germersheim

Wir blicken auf 25 Jahre Deutscher Frauenring in Germersheim zurück! Dazu laden wir Euch/Sie herzlich ein.

Frau Baldermann wird über Ihre langjährigen Erfahrungen und Ihre Arbeit im Deutschen Frauenring berichten. Vor allem laden wir alle Mädchen und Frauen ein, die sich für Feminismus interessieren und sich ehrenamtlich engagieren wollen. Vielleicht ist der Deutsche Frauenring auch etwas für Dich/Sie? Für einen kleinen Snack und etwas zu trinken wird gesorgt!

In Kooperation mit dem Deutschen Frauenring Germersheim.

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder 07274 53 1109.

26. JUNI | 14 - 16 UHR

Büchelberg, Am Waldrand, Zufahrt Feldweg in  
Verlängerung zur Straße „In den Waldstücken“

## Die Bienenkönigin – Starke Frauen gibt es auch in der Tierwelt!

Bei einem Besuch im Büchelberger Lehrbienenstand werden den Teilnehmerinnen die Tätigkeiten einer Imkerin/eines Imkers vorgestellt sowie Einblicke in ein geöffnetes Bienenvolk und dessen Organisation gegeben. Die Besucherinnen müssen keine Angst vor Stichen haben. Für jede Teilnehmerin steht Schutzkleidung zur Verfügung!

In Kooperation mit dem Bienenzuchtverein Kandel e.V.  
Leitung: Bienenzuchtverein Kandel e.V.

Kosten: 5 Euro pro Teilnehmer

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder 07274 53 1109.



# INTERNATIONALER FRAUENTAG

VERANSTALTUNGSREIHE DER GLEICHSTELLUNGSSTELLE  
DES LANDKREISES GERMERSHEIM



Anlässlich des Internationalen Frauentags am 08. März dürfen wir Ihnen/Euch eine Premiere, die Frauenwochen im Landkreis Germersheim, vorstellen. 2020 war ein schwieriges Jahr für alle.

Die Corona-Pandemie und die damit einhergehenden Probleme betreffen sowohl Männer als auch Frauen. Dennoch sind Frauen härter von den ökonomischen und sozialen Folgen betroffen.

„Der sogenannte mental load liegt vor allem bei den Frauen, in der Krise mehr denn je. Die Belastung durch die wegfallende Kinderbetreuung, Beruf und Familie zu vereinen und ganz nebenbei noch einkaufen, organisieren und vielleicht noch eine/n Verwandte/n pflegen, nagen am seelischen Immunsystem“, so Lisa-Marie Trog, Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Germersheim. Sätze wie „Ich weiß nicht, wann ich das letzte Mal was für mich getan habe“ waren schon vor der Krise hörbar.

Doch die Grundstimmung ist nun hauptsächlich: „Ich weiß nicht mehr wie ich das bewältigen soll, ich kann nicht mehr.“

Auch Bundeskanzlerin Merkel weiß um die große Belastung und die alltägliche Leistung die Frauen erbringen. So betont sie in einer Krisenansprache: „Sie halten den Laden am Laufen.“

Umso wichtiger ist es, diesen Laden weiter am Laufen zu halten! Das heißt daher auch, dass auf verschiedene Themen immer wieder aufmerksam gemacht werden muss, um die Ungleichheit zwischen Männern und Frauen zu beseitigen. Sei es, dass das Gehalt zwischen Frauen und Männern immer noch ungleich verteilt ist (bei gleicher Qualifikation) oder, dass die Gewalt, die größtenteils Frauen betrifft, brutaler und intensiver wird. Die bestehende Ungerechtigkeit zwischen den Geschlechtern muss endlich ein Ende haben. Viele Menschen kämpfen dafür und es liegt an uns allen, diese Ungleichheit zwischen Männern und Frauen zu bekämpfen.

Mit dieser Veranstaltungsreihe wollen wir eine Tradition beginnen und hoffen, dass diese in ihrer Themenvielfalt von Jahr zu Jahr wächst. Neben eigenen, wird es auch gemeinsame Veranstaltungen mit den Gleichstellungsstellen von der Südlichen Weinstraße und Landau geben.

„Ich begrüße es sehr, dass unsere Gleichstellungsbeauftragte eine Veranstaltungsreihe anlässlich des Internationalen Frauentags organisiert hat. Wir hoffen, dass diese Premiere von den Frauen aus dem Landkreis genutzt wird und freuen uns auf eine jährliche Wiederholung mit abwechslungsreichen, aber auch kritischen Veranstaltung rund um das Thema Gleichstellung, Gleichberechtigung und anderen für Frauen und Männer relevanten Themen.“, so Landrat Brechtel.

Dr. Fritz Brechtel  
Landrat  
Landkreis Germersheim

Lisa-Marie Trog  
Gleichstellungsbeauftragte  
Landkreis Germersheim

07. MÄRZ | 18 UHR

Landau, Marktstr. 97,  
Stiftskirche Landau

## Starke Frauen in der Bibel – Orgelkonzert mit Dialogen

Sang- und klanglos in den Internationalen Frauentag  
starten? Nicht mit uns!

In einer gemeinsamen Auftaktveranstaltung der Gleichstellungsstellen von SÜW/LD/GER lassen wir Eva, Esther, Judith, Mirjam, Maria Magdalena und Junia zu uns sprechen. Starke Frauen aus der Bibel, die uns heute noch inspirieren, beflügeln und ermutigen. Freuen Sie sich auf schöpferische Leistungen von Komponistinnen, die – in einer patriarchalischen Welt – im Gedächtnis der Öffentlichkeit keine angemessene Würdigung erfahren.

Mit der Dekanin i.R. Angelika Keller und Pfarrerin Heike Messerschmitt. An der Rieger-Orgel Anna Linß, Stifts- und Bezirkskantarin.

Wir freuen uns über eine Spende für ein Frauenprojekt.  
Kooperation mit der prot. Stiftskirchengemeinde Landau.

Bitte vergewissern Sie sich in unter  
[www.landau.de/Verwaltung-Politik/Gleichstellungsstelle/Aktuelle-Veranstaltungen](http://www.landau.de/Verwaltung-Politik/Gleichstellungsstelle/Aktuelle-Veranstaltungen) ob die Veranstaltung stattfinden kann.

08. MÄRZ | 11 - 14 UHR

Germersheim, Luitpoldplatz 1  
Kreisverwaltung, Am Eingang

## Weltfrauentag

Zum Weltfrauentag stehen die beiden Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises und der Stadt Germersheim bei einem Rundgang durch die Stadt für Gespräche zur Verfügung.

Jede Frau/jedes Mädchen ist herzlich willkommen, sich anzuschließen und wird mit einer „Wundertüte“ beschenkt.

Die Aktion wird von 11 bis 14 Uhr gehen.  
Gestartet wird an der Kreisverwaltung Germersheim.

09./10. MÄRZ | 18 - 20 UHR

Speyer, Kleine Pfaffengasse 8,  
Alter Ratssaal

## Wer braucht Feminismus? Ausstellung

Die Gleichstellungsbeauftragten der Südpfalz (GER, LD, SÜW) laden nach Speyer. „Wer braucht Feminismus?“ heißt die Ausstellung, die in ganz unterschiedlichen Facetten sehr eindrücklich die Bedeutung zeigt, die Feminismus haben kann und warum es sich lohnt dafür zu streiten. Durch die Ausstellung führt uns die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Speyer Lena Dunio-Özkan.

Eine Kooperation der Gleichstellungsstellen GER, SÜW, LD und SP. Aufgrund der Platzbegrenzung stehen 2 Termine zur Wahl.

Anmeldung: Frauenbüro SÜW: 06341 940 120/121 oder  
[frauenbuero@suedliche-weinstrasse.de](mailto:frauenbuero@suedliche-weinstrasse.de)  
Die Anreise erfolgt individuell.

12. MÄRZ | 15 - 17 UHR

Rheinzabern, Neupotzer Str. 5  
Schnorr Keramik GmbH

## „Vom Klumpen bis zum gebrannten Stück“

Selber machen ist das Schönste. Dies kann man auch in Rheinzabern ausprobieren. Wer einen Blick hinter die Kulissen der Keramik-Herstellung wagen möchte, kann dies bei einer Führung tun. Vom Drehen, Glasieren, Malen, Flammen und Brennen – erleben Sie, mit wie viel Liebe und Handwerkskunst Keramik gefertigt wird und probieren Sie es selber aus!

In Kooperation mit Schnorr Keramik GmbH.

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder  
07274 53 1109, Kosten: frei

11. APRIL | 17 - 18:30 UHR

Landau, An 44,  
Haus am Westbahnhof

## Drei Autor\*innen, drei Musiker\*innen

Wir lassen in einer gemeinsamen Veranstaltung der Gleichstellungsstellen SÜW, LD und GER drei Autor\*innen aus der Region lesen und drei Musiker\*innen trommeln. Die Texte machen Spaß und berühren. Die musikalische Performance geht ins Blut.

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns einen witzigen und nachdenklichen, rhythmisierenden und inspirierenden Nachmittag zu erleben. Katrin Kirchner, Katrin Sommer, Thomas Mayr sind die Autor\*innen, Christine Krüger, Daniele und Peter Steinmetz die Klangkünstler: Renner der Trommelschule Okapi aus Freimersheim sind die Taktgeber.

Kosten: 7 Euro inklusive einem prickelnden Getränk

Anmeldung: Frauenbüro SÜW: 06341 940 120/121 oder  
[frauenbuero@suedliche-weinstrasse.de](mailto:frauenbuero@suedliche-weinstrasse.de)

15. APRIL | 16:30 UHR

Germersheim, Weißenburger Tor (Brücke)

## Hebammenführung durch Germersheim

Sie möchten gerne wissen, wie es war als Hebamme im Jahr 1880 zu leben? Betreten Sie zusammen mit der Hebamme Josefine die Festungsstadt Germersheim am Rhein durch das imposante Weißenburger Tor und erleben Sie einen unterhaltsamen Stadtpaziergang. Begleiten Sie Josefine durch die Straßen der Stadt, vorbei an zahlreichen Gebäuden und Plätzen wie etwa dem „Storchenbau“, dem Offizierscasino oder dem Waschplatz an der Queich, bevor Sie die Festungsstadt durch das Ludwigstor wieder verlassen.

In Kooperation mit dem Tourismus-, Kultur- und Besucherzentrum der Stadtverwaltung Germersheim.

Kosten: frei

Anmeldung: [gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de](mailto:gleichstellungsbeauftragte@kreis-germersheim.de) oder  
07274 53 1109