



© Freepik/Puspita Cantik

# Was uns bewegt.

Marler  
Frauenkulturtage  
4. bis 23. März 2025

[www.marl.de/frauenkulturtage](http://www.marl.de/frauenkulturtage)





# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

wie gewohnt und liebgewonnen finden rund um den Internationalen Frauentag am 8. März unsere Marler Frauenkulturtage statt. Unter dem Motto „Was uns bewegt“ dürfen wir uns vom 4. bis zum 23. März 2025 wieder auf tolle Programmpunkte freuen. Die Frauenkulturtage sind eine Zeit des Zusammenkommens, des Austauschs und der Inspiration und sollen zugleich auf die Situation von Mädchen und Frauen aufmerksam machen – denn leider haben wir eine „echte“ Gleichberechtigung immer noch nicht erreicht.

Schon die Eröffnungsveranstaltung verspricht Spannung pur: Finden Sie hierbei heraus, was Künstliche Intelligenz und Algorithmen mit Gleichberechtigung zu tun haben. Weiterhin lädt die Frauenberatungsstelle zu einem gemeinsamen Besuch einer Ausstellung über Künstlerinnen in Expressionismus und Fluxus ein. Neben bewährten Angeboten wie der Kleidertauschparty der Verbraucherzentrale sind die Familienbildungsstätte Dorsten-Marl und die Frauengruppe des BKE (Blaues Kreuz in der evangelischen Kirche) erstmalig dabei.

Außerdem beschäftigt sich die insel-VHS in Kooperation mit der städtischen Gleichstellungsstelle mit dem Phänomen der „Tradwives“. Traditionell beteiligen sich außerdem die politischen Parteien wieder am Programm: Wie wäre es also mit einem Frauenbuchabend (CDU), einer Stadtrundfahrt zu bedeutenden weiblichen Persönlichkeiten (SPD), einem Vortrag über die Auswirkungen der EU-Politik auf Kommunen (Grüne) oder einer Veranstaltung zu Frauengesundheit (FDP)? Was Sie sonst noch alles erwartet, können Sie in diesem Programmheft nachlesen – viel Spaß dabei! Sie werden sehen: Hier ist garantiert für jeden Geschmack etwas dabei!

Ich danke allen Beteiligten, die mit ihrem unermüdlichen Engagement diese Veranstaltungsreihe auf die Beine gestellt haben und wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern spannende Veranstaltungen und Gespräche.

Glück auf!

Ihr

Werner Arndt  
Bürgermeister der Stadt Marl



## Impressum

**Herausgeberin:** Stadt Marl – Der Bürgermeister

**Titelfoto:** Puspita Cantik/Freeplik · **Satz/Layout:** FLOER DESIGN, Barbara Floer · **Auflage:** 1.200

**Bildnachweise:** S. 2: Pexels · S. 3: Stadt Marl · S. 4: Jessica Wulf · S. 5: IGBCE Ortsgruppe Drewer II – Stadt Marl · S. 6: Stadt Marl – Miss Planty · S. 7: Freeplik/wayhomestudio · S. 8: Alevi-Bektasi Gemeinde Marl e.V. – Pexels · S. 9: Natalia Tokar-Khan, privat – Sabine Wahlen, privat · S. 10: Jana Dombrowski · S. 11: Yvonne Borowiak · S. 12: Olli Haas · S. 13: Freeplik – Stadt Dortmund · S. 14: Verbraucherzentrale · S. 15: Friedensweg e.V. – Freeplik · S. 16: Jana Szerreiks · S. 17: Freeplik – Susanne Schneider, MdL · S. 18: SPD Marl · S. 19: Terry Reintke, EU-Parlament – FBS Dorsten-Marl  
Änderungen im Programm vorbehalten

# Eröffnung der Marler Frauenkulturtag 2025

**Dienstag, 4. März 2025, 18.00 Uhr,  
die insel Hauptstelle,  
Wiesenstraße 22,  
Raum P1**



Bürgermeister Werner Arndt und die Gleichstellungsbeauftragte Kim-Karina Bönte eröffnen die Frauenkulturtag 2025 gemeinsam mit den beteiligten Kooperationspartner\*innen. Im Anschluss beginnt die Veranstaltung „KI-Systeme und Gleichberechtigung?“.

## KI-Systeme und Gleichberechtigung?



Die Frauenkulturtag eröffnen in diesem Jahr mit einem Thema, das in aller Munde ist und dennoch abstrakt erscheint: KI-Systeme. Individualisierte Preise im Onlinehandel, die Vorauswahl von Bewerbenden durch Algorithmen oder automatisiert mit ChatGPT generierte Texte – das sind Beispiele für die Anwendung von KI-Systemen. In diesem Vortrag geht es um die Grundlagen zum Thema „KI-Systeme und Gleichberechtigung“. Was sind Algorithmen und KI-Systeme eigentlich? Warum gibt es immer wieder Fallbeispiele, in denen KI-Systeme zum Beispiel für Frauen schlechter funktionieren oder gar diskriminierende Auswirkungen haben? Welche Lösungsansätze existieren, um solche Auswirkungen zu

vermeiden? Das sind die zentralen Fragen, die im Laufe des Vortrags von Jessica Wulf beantwortet werden. Im Anschluss ist Zeit für Ihre Fragen und einen gemeinsamer Austausch zum Thema. **Zur**

**Person:** Jessica Wulf arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin am Center for Responsible Research and Innovation des Fraunhofer IAO in dem Team Gesellschaftliche Trends und Technologie. Ihr Forschungsschwerpunkt liegt auf Partizipationsformaten und gesellschaftlichen sowie ethischen Fragen rund um KI-Systeme. Davor hat sie bei der zivilgesellschaftlichen Organisation AlgorithmWatch gearbeitet und sich hier mit dem Thema KI-Systeme und Diskriminierung auseinandergesetzt. Jessica Wulf ist Psychologin mit einem Schwerpunkt auf Arbeits- und Bildungspsychologie.

**Dienstag, 4. März 2025 18.00 Uhr,  
im Rahmen der Eröffnungs-  
veranstaltung. Ort siehe oben**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden per E-Mail oder telefonisch von der VHS (inselvhs@marl.de oder 02365/50356699) entgegen genommen. Eine Anmeldung über die Gleichstellungsstelle (gleichstellungsbeauftragte@marl.de) ist ebenfalls möglich.

## Ausstellung Diversity

Die IG BCE Ortsgruppe Drewer II zeigt eine Ausstellung zum Thema Diversity, denn das Geheimnis ist Vielfalt. Auf Texttafeln mit Illustrationen und Cartoons werden die sechs Diversity-Dimensionen dargestellt: Geschlecht(er), sexuelle Identität/Orientierung, interkultureller Hintergrund, Schwerbehinderung, Religionszugehörigkeit und Alter. Teilnehmende sind eingeladen, zu diskutieren und die Botschaft weiterzutragen. Zusätzlich zu der Ausstellungseröffnung am 06.03.2025 besteht die Möglichkeit, die Ausstellung an drei weiteren Terminen zu besuchen.



**Donnerstag, 6. März 2025, 18.00 Uhr  
(Ausstellungseröffnung).**

**Weitere Daten: Montag, 10. März; Mittwoch, 12. März;  
Freitag, 14. März; jeweils von 17.00 – 19.00 Uhr  
Erzschacht, Am Wetterschacht 19a**

Die Teilnahme ist kostenfrei.  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Frauenfrühstück: Starke Frauen in Starken Berufen



Unter dem Motto „Wie kommen starke Frauen in starke Berufe“ lädt Bürgermeister Werner Arndt wieder zum Frauenfrühstück ein. Dann berichten zwei bis drei Frauen, die meist in „typischen Männerdomänen“ tätig sind, von ihrem Berufsalltag und ihren Erfahrungen. Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung für geladene Ratsfrauen möglich.

**Samstag, 8. März 2025, 9.30 - 11.30 Uhr,  
Ort wird noch bekannt gegeben**

# Nicht nur für Mädchen

Die Familienbibliothek Türmchen bietet auch in diesem Jahr tolle Veranstaltungen für Kinder im Rahmen der Frauenkulturtag an. Die angebotenen Lesungen richten sich dabei nicht nur an Mädchen, sondern an alle Kinder der entsprechenden Altersgruppe, die gerne spannende Geschichten zum Lachen und Nachdenken hören. Zusätzlich wird noch eine Veranstaltung angeboten, die „typisch für Mädchen“ ist.

**Ort: insel-Familienbibliothek  
Türmchen,  
Eduard-Weitsch-Weg 13,  
45768 Marl**

## Lesungen für Kinder

Frauen aus der Stadtverwaltung lesen aus ausgewählten Bilderbüchern vor. Die Geschichten erzählen von mutigen, neugierigen und kreativen Kindern, die sich frei entfalten – unabhängig von Rollenklischees. Neben der Lesung erzählen die Vorleserinnen dabei auch über ihre eigenen spannenden Berufe bei der Stadtverwaltung.

Los geht es am **Mittwoch, den 5. März 2025 um 14.30 Uhr**. Andrea Baudek, Technische Dezernentin der Stadtverwaltung, liest aus dem Bilderbuch Lotti und Otto. Lotti und Otto begegnen sich im Ferienlager. Sie sehen zwar gleich aus, könnten unterschiedlicher aber nicht sein. Während Lotti am liebsten Fische fängt, bevorzugt Otto eher typischen „Mädchenkram“. Eine bezaubernde Geschichte mit einer wichtigen Botschaft: Sei einfach du selbst! Diese Vorlesestunde richtet sich an Kinder ab 7 Jahren.



Am **Dienstag, 18. März 2025 um 15.00 Uhr** liest Maike Willuweit, Leiterin Forsten Amt 92, aus dem Bilderbuch „Bella Baumädchen: Du kannst alles sein!“. Bella schraubt viel lieber, als mit Puppen zu spielen. Die anderen Mädchen verstehen Bella nicht und die Jungs lachen sie sogar aus. Ein stärkendes Bilderbuch das vor allem Mädchen aufzeigt: Du kannst alles sein! Vorgelesen wird für Kinder ab 4 Jahren.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Es wird um Voranmeldung gebeten unter Tel. 02365/994279 oder per E-Mail [tuermchen@marl.de](mailto:tuermchen@marl.de)

## Naturkosmetik Workshop Stelle deine eigenen Beautyprodukte her

In diesem Workshop können interessierte Mädchen zwischen 10 und 14 Jahren ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Zusammen mit dem Team von Miss-Planty werden eigene Pflegeprodukte hergestellt. Alle verwendeten Rohstoffe sind hochwertig und für empfindliche Haut geeignet. Die Teilnahme ist kostenfrei.

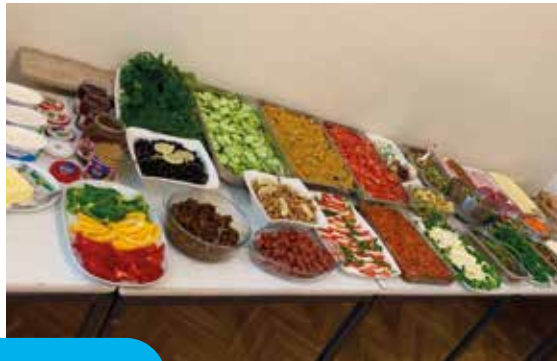


**Samstag, 22. März 2025, 11.00 – 13.00 Uhr,  
eine Anmeldung ist erforderlich unter  
Tel. 02365/994279 oder per  
E-Mail [tuermchen@marl.de](mailto:tuermchen@marl.de)**



## Frühstück für die Seele

An diesem Vormittag lädt die Alevi-Bektasi Gemeinde Marl e.V. zu einem internationalen Frühstück in gemütlicher Runde ein. Dabei ist Raum für Gespräche über die Rolle von Frauen in der Gesellschaft.



**Sonntag, 9. März 2025, 10.30 Uhr,  
Cem-Haus, Bachacker Weg 90, 45772 Marl**

Für das Frühstück wird ein Unkostenbeitrag von 7,00 Euro erhoben. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



## DIY Schmuckkurs Für Mädchen im Alter von 12 bis 16 Jahren und ihre Begleitperson

Die Familienbildungsstätte lädt ein: Mädchen zwischen 12 und 16 Jahren können mit Mama, Oma, Tante, älterer Schwester oder einer anderen Begleitperson entspannte gemeinsame Zeit verbringen. Am Ende können sie dann ein paar schöne Schmuckstücke mit nach Hause nehmen. So kann die Zeit auch genutzt werden,

um gemeinsam selbstgemachte Geschenke herzustellen. Unterstützt werden die Teilnehmenden von der Dozentin Christin Lechtenböhmer. Eine große Auswahl an Basismaterialien wie Schnüre und Bänder, Holz-, Metall und Glas-Perlen ist im Kurspreis enthalten. Zusätzlich kann besonderes Material vor Ort gegen Bargeld oder per PayPal erworben werden.

**Montag, 10. März 2025, 16.30 – 18.00 Uhr, FBS Dorsten-Marl im  
Kolpinghaus, Karl-Liebknecht-Straße 10, 45770 Marl**

Die Teilnahmegebühr beträgt 22 Euro (inkl. Materialkosten). Anmeldungen werden über die Homepage der Familienbildungsstätte [www.fbs-dorsten-marl.de](http://www.fbs-dorsten-marl.de) oder telefonisch unter 02362 9719900 entgegengenommen.

## Frauenbuchabend

Die CDU Brassert-Lippe lädt zu einem Frauenbuchabend in die Buchhandlung Wystup ein. Dabei werden interessante, spannende und unterhaltsame Bücher für Frauen in einer geselligen Runde und lockerer Atmosphäre vorgestellt.



**Mittwoch, 12. März 2025, 19.00 Uhr, Buchhandlung Wystup,  
Brassertstraße 71, 45768 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Da die Zahl der Teilnehmenden begrenzt ist, wird um Anmeldung in der Buchhandlung Wystup (02365/14444) gebeten.

## Frauen und (Alkohol-) Sucht

Sucht ist leider noch an vielen Stellen ein Tabuthema. Die Frauengruppe des Blauen Kreuzes in der evangelischen Kirche Marl bietet eine Möglichkeit sich unverbindlich über dieses Thema zu informieren bzw. sich auszutauschen. Referentin Sabine Wahlen beschreibt in dieser Veranstaltung besondere Belastungen von Frauen, die zu einer Suchterkrankung führen können und erklärt dabei Wege, in die und aus der Sucht. Dabei gibt sie auch einen Einblick in Strategien zum Umgang mit Belastungen und stellt Methoden zur Entspannung vor. Zudem erläutert sie den Umgang der Gesellschaft mit suchtkranken Frauen. Die Veranstaltung richtet sich nicht nur an Betroffene oder Angehörige von Betroffenen, sondern auch an Personen, die sich informieren möchten.

Zur Person: Sabine Wahlen ist selbst von Alkoholsucht betroffen und lebt seit über fünf Jahren abstinent. Bereits kurz nach der Suchttherapie hat sie ihren Weg zum BKE gefunden. Seit nunmehr drei Jahren leitet sie die Frauengruppe in Marl. Sie ist als ehrenamtliche Suchtkranken-Helferin ausgebildet und verfügt neben den persönlichen Erfahrungen über viel Hintergrundwissen über den Verlauf einer Suchterkrankung.



**Mittwoch, 12. März 2025, 17.00 Uhr, Gemeindezentrum an der  
Auferstehungskirche, Westfalenstraße 94, 45770 Marl**

Anmeldungen nimmt Sabine Wahlen per E-Mail ([s.wahlen@das-bke.de](mailto:s.wahlen@das-bke.de)) entgegen.

## Tradwives – Soziale Medien und die Rolle der Frau

Soziale Medien wie Instagram, TikTok und Facebook sind aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Sie durchdringen nahezu alle Lebensbereiche. Doch prägen sie, wie wir uns als Gesellschaft und als Einzelpersonen sehen?

Aktuelle Trends adressieren Frauen und rücken Geschlechterideale in den Fokus: Vom karriereorientierten „Girlboss“ über das selbstoptimierte „That Girl“ bis hin zur traditionellen „Tradwife“ in ihrer Rolle als Ehefrau, Mutter und Fürsorgerin. Die Inhalte zeichnen gesellschaftliche Erwartungen nach und vermitteln dabei ein verzerrtes, manchmal unerreichbares oder gar problematisches Bild von Frauen und ihrem Leben.

In diesem Vortrag wird ein kritischer Blick auf eben-diese Social Media Trends geworfen. Gemeinsam mit der Referentin Jana Dombrowski durchdringen die Teilnehmenden, wie soziale Medien funktionieren, wie diese Trends entstehen und welche kommerziellen und politischen Interessen sie vorantreiben. Durch einen Blick in aktuelle Forschung wird außerdem abgewogen, inwiefern Trends Druck auf Personen ausüben können, gefährliche Botschaften verbreiten oder aber auch der Inspiration, Aufklärung und Vernetzung dienlich sein können. Abschließend geht es darum, selbst einen

guten Umgang mit Trends finden und wie Sie Ihre Familie, Freunde und Kinder dabei unterstützen können, soziale Medien kritisch und gewinnbringend zu navigieren.

Zur Person: Jana Dombrowski ist Kommunikationswissenschaftlerin und studierte zwischen 2015 und 2021 an den Universitäten Passau und Hohenheim, bevor sie 2021 in Hohenheim ihre Promotion im Fachgebiet der Medienpsychologie begann. Soziale Medien stehen seither im Fokus ihrer Forschungs-, Publikations- und Lehrtätigkeit.

**Donnerstag, 13. März 2025 18.30 Uhr, die insel Hauptstelle, Wiesenstraße 22, 45770 Marl, Raum P1**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden per E-Mail oder telefonisch von der VHS (inselvhs@marl.de oder 02365 20356699) entgegengenommen.

## Weiblove – Selbstliebe Leben

Die katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) lädt ein: Frauen leisten jeden Tag sehr viel für andere – oft bis an ihre Grenzen oder sogar darüber hinaus. In dem angebotenen Workshop, unter der Leitung von Yvonne Borowiak, geht es darum, Frauen etwas Gutes zu tun und ihnen zu helfen, auch an sich selbst zu denken und fürsorglich mit sich umzugehen.

Du darfst auch mal Nein sagen! – Denn jedes Nein zu anderen ist ein Ja zu dir selbst.

Kennst du das? Eigentlich möchtest du auf eine Bitte Nein sagen und – zack – flutscht dir ein Ja heraus. Du bietest anderen direkt Hilfe an, obwohl du momentan gar keine Kraft oder Zeit dafür hast. Du ärgerst dich selbst über deine Gutmütigkeit, vor allem, wenn du merkst, dass sie ausgenutzt wird. Immer zu allem Ja zu sagen ist sehr energieraubend. Zudem bringt es dich weg von einem selbstbestimmten Leben, das sich gut und für dich richtig anfühlt. In diesem Workshop lernst du, dass du es wert bist, dich selbst als Priorität in deinem Leben zu verstehen.



**Donnerstag, 13. März 2025, 18.30 bis 20.30 Uhr, Pfarrheim St. Josef, Bergstraße 115, 45770 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Es wird um eine Spende für die Frauenberatungsstelle gebeten. Anmeldungen nimmt Brigitte Klees von der kfd per E-Mail (kleesbrigitte551@gmail.com) oder telefonisch unter 02365 9242800 oder 0176 82490079 entgegen.

## Lioba Albus: MIA – Weltmacht mit 3 Buchstaben

Das Theater Marl lädt in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten ein: Die Welt besteht aus Göttern und Göttinnen, Fachmännern und Fachfrauen, Königinnen und Königen! Jeder hält sich für gebildet und ist oft nichts weiter als eingebildet. Teilen ohne etwas abzugeben, das ist der neue Volkssport: mitteilen, einteilen und vor allem austeilen. Aus jeder Meinung wird ein Standpunkt. Und ein Standpunkt wird schnell zum Kriegsschauplatz. Da wird gestritten, gedroht und beleidigt. Zeit für MIA, als erprobte Schiedsrichterin einzugreifen, jedes Foul zu pfeifen und rote Karten zu verteilen. In gewohnter Nonchalance holt sie arrogante Zeitgenossen vom hohen Ross und setzt sie auf das Kindertöpfchen, auf das sie gehören. Denn sie weiß: im vollen Galopp ist schlecht Windel wechseln.

In temporeichem Rollenwechsel bekommen in ihrer Welt der Selbstüberschätzer alle eine Plattform. Die Grillstudiosbesitzerin Witta, die Speeddaterin Josefine, der Ranger Rudi und der auf den Hund gekommene Promillphilosoph Detlev. Und wenn den Zuschauern von so viel grundloser Selbstüberschätzung der Kopf schwirrt, dann schafft MIA wieder Ordnung, denn eine weiß wirklich Bescheid und das ist wie immer die flinkste Zunge aus dem Sauerland: MIA Mittelkötter, die Weltmacht mit drei Buchstaben.



**Donnerstag, 13. März 2025, 19.30 Uhr,  
Theater Marl, Am Theater 1, 45768 Marl**

Karten können im i-Punkt Marl im Marler Stern, telefonisch (02365 994310), per E-Mail (i-punkt@marl.de) oder an der Abendkasse erworben werden.

## Das Leid der Frauen in Kriegsgebieten und auf der Flucht

Laut der Definition der UN Resolution ist sexualisierte Kriegsgewalt dadurch gekennzeichnet, dass es sich bei der großen Mehrheit der von bewaffneten Konflikten Betroffenen um Zivilpersonen handelt, der Einsatz sexueller Gewalt insbesondere gegen Frauen und Mädchen gerichtet ist, mit dem Ziel, die zivilen Mitglieder einer Gemeinschaft oder ethnischen Gruppe zu erniedrigen, Macht über sie auszuüben, ihnen Furcht einzuflößen, sie zu zerstreuen und/oder zwangsweise umzusiedeln. Das betrifft ebenso Frauen, die auf der Flucht sind und in Flüchtlingsunterkünften leben müssen. Sexualisierte Übergriffe werden weltweit als Zeichen von Macht und Dominanz eingesetzt. Massenvergewaltigungen, sexuelle Ausbeutungen, Zwangsprostitution oder Zwangsverheiratung erleben viele Frauen in kriegerischen Auseinandersetzungen. Über dieses erschreckende Thema kann in der Veranstaltung der Terre des Femmes Städtegruppe Marl gemeinsam mit einer Referentin diskutiert werden.

**Freitag, 14. März 2025, 18.00 Uhr, VHS, Wiesenstraße 22, 45770 Marl, Raum P2**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden per E-Mail (u.fries-langer@posteo.de) entgegengenommen.



## Expressionismus – Fluxus Ausstellung im Dortmunder U

Unter dem Motto „Sagen Sie diesen Leuten, wer ich bin“ lädt die Frauenberatungsstelle, Frauen helfen Frauen e.V., Marl zur Ausstellung ins Dortmunder U ein. Eine Ausstellung, zwei Kunstrichtungen und alle Werke sind von Frauen. Im Expressionismus-Teil ist jeder Künstlerin ein Raum gewidmet. Der Fluxus Teil beschäftigt sich mit der Rolle der Frau in Kunst und Gesellschaft. Außerdem können die Besucherinnen im Buchexemplar „Grapefruit“ von Yoko Ono blättern. Im Anschluss an die Führung im Museum bleibt noch Zeit zur freien Verfügung für einen Stadtbummel in Dortmund.



**Samstag, 15. März 2025, Abfahrt 11.00 Uhr, Ankunft ca. 17.30 Uhr,  
Frauenberatungsstelle Marl, Paul-Schneider-Straße 27, 45770 Marl**

Anmeldungen nimmt Frauen helfen Frauen bis zum 7. März 2025 e.V. telefonisch oder per E-Mail (02365 14640 oder info@frauenberatungstelle-marl.de) entgegen. Es wird ein Kostenbeitrag in Höhe von 10 Euro erhoben.

## Kleidertauschparty – „Gib deinem Kleidungsstück ein zweites Leben“

Unter dem Motto „Gib deinem Kleidungsstück ein zweites Leben“ lädt die Verbraucherzentrale wieder zu einer Kleidertauschparty ein. Nach den tollen Erfolgen der letzten zwei Jahre, können Frauen erneut im Sinne eines nachhaltigen Konsums Kleidung, Schuhe und Accessoires dabei tauschen. Im Zeitraum vom 27. Februar bis 13. März 2025 können sich interessierte Frauen für die Kleidertauschparty anmelden. Jede bringt Aussortiertes mit, das nicht mehr gefällt oder passt. Bis zu 5 gut erhaltene Teile (Kleidung, Schuhe oder Accessoires) können pro Person am Donnerstag, den 13. März 2025 in der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale abgegeben werden. Dafür erhalten Sie dann Punkte, die bei der Kleidertauschparty am Samstag, den 15. März 2025 von 11.00 bis 13.00 Uhr gegen „neue“ Second-Hand-Kleidung eingetauscht werden kann.

Und damit können wir gemeinsam einen tollen Beitrag für die Umwelt leisten, denn in jedem Kleidungsstück stecken Rohstoffe und Energie. Fakt ist: Jede Deutsche kauft durchschnittlich 60 neue Kleidungsstücke pro Jahr, damit steht Deutschland auf Platz 3 beim weltweiten Kleiderkonsum.



**Abgabe der 5 Kleidungsstücke am Donnerstag, 13. März 2025, 9.00 – 13.00 und 14.00 – 17.00 Uhr**

**Kleidertauschparty am Samstag, 15. März 2025, 11.00 – 13.00 Uhr, Verbraucherzentrale Marl, Bergstraße 228-230, 45768 Marl (Marler Stern)**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldezeitraum: 27. Februar bis 13. März 2025 per E-Mail [marl.umwelt@verbraucherzentrale.nrw](mailto:marl.umwelt@verbraucherzentrale.nrw)

## Fasten in allen Religionen

Der Verein Friedensweg e.V. lädt ein zu einem Vortrag zum Thema „Fasten in allen Religionen“. Anlässlich des Ramadans erkunden die Teilnehmerinnen die Bedeutung des Fastens in verschiedenen Religionen und erfahren, welche Unterschiede aber auch Gemeinsamkeiten es gibt. Anschließend findet ein gemeinsames Fastenbrechen statt. Hinweis: Nur für Frauen/Mädchen

**Samstag, 15. März 2025, ab 18.00 Uhr, Friedensweg e.V., Wiesenstraße 22, 45770 Marl, (Eingang gegenüber der Karl-Liebnecht-Straße 1, Pavillon neben der Sporthalle)**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Kleine Spenden sind herzlich willkommen. Da die Anzahl der Teilnehmerinnen begrenzt ist, ist eine Anmeldung bis zum 14. März 2025 per E-Mail ([friedensweg@gmail.com](mailto:friedensweg@gmail.com)) oder telefonisch unter 0176 30130300 erforderlich.



## Workshop „Handstickerei – Kanavice“

In diesem Workshop, der speziell auch für Anfänger\*innen konzipiert ist, entdecken die Teilnehmenden die Kunst der Handstickerei-Kanavice. Neben dem Erlernen der Grundlagen der Stickerei, können anschließend einzigartige Designs auf Stoff erstellt werden. Bei dem Verein BiKult e.V. kann der Kreativität freien Lauf gelassen und ein Abend voller Kunst, Gemeinschaft und köstlichen Leckereien genossen werden.



**Sonntag, 16. März 2025, 19.00 Uhr (Einlass ab 18.30 Uhr), Victoriastraße 24, 45772 Marl.**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung bis zum 13. März 2025 per E-Mail ([info@bikult-ev.de](mailto:info@bikult-ev.de)) ist erforderlich.



## Lesereise mit musikalischer Begleitung von ZWO

Tauchen Sie ein in einen Abend voller Geschichten, Klänge und Inspiration!

Die Frauenberatungsstelle Marl lädt zu einer besonderen Lesereise ein. Die Texte erzählen von den Facetten des Lebens, den Herausforderungen und der Stärke von Frauen. Begleitet wird die Lesung von der außergewöhnlichen Musik des Duos Zwo!, deren gefühlvolle Klänge die Worte um eine weitere Ebene bereichern.



Lassen Sie sich von der Symbiose aus Literatur und Musik verzaubern und erleben Sie einen Abend, der zum Nachdenken anregt und gleichzeitig Freude schenkt.

**Dienstag, 18. März 2025,  
18.30 – 20.30 Uhr, Frauenberatungs-  
stelle Marl, Paul-Schneider-Straße 27,  
45770 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen nimmt die Frauenberatungsstelle bis zum 17. März 2025 e.V. telefonisch oder per E-Mail (02365 14640 oder [info@frauenberatungstelle-marl.de](mailto:info@frauenberatungstelle-marl.de)) entgegen.

## Schnuppertraining für Frauen – Fit for Fun

Fitness und Spaß - diese Kombination ist der beste Ansatz, um sich mit gutem Gefühl zu bewegen. Dass Bewegung gesund ist, ist bekannt! Und wenn's auch noch Spaß macht, ist die Motivation umso größer. Zusammen mit anderen Frauen und der Dozentin Beatrix Schmidt erleben die Teilnehmenden in diesem Kurs Fun-Aerobic zu Musik als Herz-Kreislauftraining, Bauch-, Beine-, Poübungen zur Muskelkräftigung, Stretching zur Verminderung und Lösung von Verspannungen und eine abschließende Entspannungsphase. Ein bunter Fitness-Mix, bei dem es nie langweilig wird, der auch für Neueinsteiger geeignet ist.



**Mittwoch, 19. März 2025,  
19.30 – 21.00 Uhr,  
Gertrud-Schäfer-Sporthalle,  
Max-Planck-Straße 23, 45768 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden über die Homepage der Familienbildungsstätte [www.fbs-dorsten-marl.de](http://www.fbs-dorsten-marl.de) oder telefonisch unter 02362 971990 entgegengenommen.



## Ohne Frauen läuft nichts in der Gesundheit – Wie läuft es bei der Frauengesundheit?

Die Frauen des Stadtverbandes der Freien Demokraten (FDP Marl) laden ein zu einer anregenden Diskussionsrunde zum Thema „Was uns bewegt – Ohne Frauen läuft nichts in der Gesundheit – Wie läuft es bei der Frauengesundheit?“ Gemeinsam mit Susanne Schneider, Mitglied des Landtages NRW und Sprecherin für Arbeit, Gesundheit und Soziales, kann sich in gemütlicher Atmosphäre ausgetauscht werden.

Zur Person: Susanne Schneider, 1967 geboren, ist dreifache Mutter. Schon als 4-jähriges Kind wollte sie Krankenschwester werden – und blieb dabei: Mit 18 Jahren begann ihre Ausbildung, die sie 1988 mit dem Staatsexamen beendete. Nach einer berufsbegleitenden Fortbildung arbeitete sie noch einige Jahre als Stationsleitung, bis sie sich entschloss, eine Ausbildung zur Pharmareferentin zu absolvieren. In diesem Beruf hat Frau Schneider jahrelang ausgesprochen erfolgreich gearbeitet – bis zur Geburt ihrer Kinder. Dadurch wurden ihr u.a. die Defizite in der Kinderbetreuung und im Bildungswesen bewusst.

**Donnerstag, 20. März 2025,  
18.00 – 20.00 Uhr, Westfalenkrug,  
Westfalenstraße 2-4, 45770 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Es wird um Anmeldung bis zum 17. März 2025 gebeten unter [fdp.fraktion@marl.de](mailto:fdp.fraktion@marl.de) oder telefonisch unter 0152 31937894. Spontane Gäste sind herzlich willkommen.

## Sıra Abend

Der Verein BiKult e.V. lädt ein zu einem Abend voller Tanz, Gespräche und regionaler Köstlichkeiten. Gemeinsam lernen die Teilnehmerinnen eine der einzigartigen kulturellen Traditionen Anatoliens kennen. Der Sıra-Abend, besonders bekannt aus Şanlıurfa, bringt Freunde zusammen, um gemeinsam traditionelle Tänze zu genießen, Çiğ Köfte zuzubereiten und die Gemeinschaft zu stärken. Nur für Frauen!



**Freitag, 21. März 2025, 19.00 Uhr**  
**(Einlass ab 18.30 Uhr), Victoriastraße 24,**  
**45772 Marl.**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung bis zum 19. März 2025 per E-Mail ([info@bikult-ev.de](mailto:info@bikult-ev.de)) ist erforderlich.

## FrauenGeschichten – Unterwegs auf sozialdemokratischen Wegen

Mit einer Stadtrundfahrt der besonderen Art erinnern die Frauen der SPD an bedeutende weibliche Persönlichkeiten. Wer war Maria Ansorge? Wodurch wurde Lise Meitner bekannt und wie emanzipiert war Judith von Loe? Eine spannende Reise mit interessanten Einblicken in unsere Stadtgeschichte erwartet alle Teilnehmer\*innen.

**Freitag, 21.03.2025, 14.00 – 18.00 Uhr,**  
**auch um 16.00 Uhr besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an der Weiterfahrt ab einem bestimmten Zielort, Treffpunkt:**  
**Stadthaus 1, Carl-Duisberg-Straße 165,**  
**45772 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen nimmt die SPD Marl bis zum 14. März 2025 telefonisch oder per E-Mail (02365 9249617 oder [asfmarl@web.de](mailto:asfmarl@web.de)) entgegen.



## Politik für Frauen im EU-Parlament Welche Bedeutung hat das für die kommunale Arbeit vor Ort?

Ist das Europa Parlament weit weg? Uninteressant für die Arbeit in der Kommune? Oder kommen aus Brüssel und Strasburg wichtige Impulse auch für die kommunale Arbeit? Über dieses Thema berichtet und diskutiert Terry Reintke, aufgewachsen in Marl, und Mitglied der Grünen Fraktion im EU-Parlament. Die Veranstaltung wird organisiert durch: Bündnis 90/Die Grünen, Wählergemeinschaft Die Grünen.



**Freitag, 21. März 2025, 19.00 – 21.00 Uhr, im Grünen Büro,**  
**Hülsstraße 30, 45772 Marl**

Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Frauenkräuter-Workshop Die Kraft der Natur für die weibliche Gesundheit



In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden die besondere Bedeutung von Kräutern in der traditionellen Anwendung für die Gesundheit und das Wohlbefinden von Frauen kennen. Die Natur bietet eine Fülle von Pflanzen, die spezifische Bedürfnisse des weiblichen Körpers unterstützen. Gemeinsam mit der Dozentin Chiara Gawollek wird in die Welt der Frauenkräuter eingetaucht und entdeckt, wie sie als wertvolle Begleiter in verschiedenen Lebensphasen dienen können. Zudem wird ein Kräutertee sowie eine Tinktur hergestellt.

Dieses Angebot der Familienbildungsstätte richtet sich an Frauen jeden Alters, die an natürlichen Heilmethoden interessiert sind und mehr über die positive Wirkung von Kräutern auf ihre Gesundheit erfahren möchten. Freuen Sie sich auf eine spannende und lehrreiche Zeit im Grünen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Fragen sind ausdrücklich erwünscht! Die Materialkosten (ca. 8 – 10 Euro) werden am Kurstag von der Kursleitung eingesammelt.

**Samstag, 22. März 2025, 10.00 – 14.00 Uhr, FBS Dorsten-Marl im Kolpinghaus,**  
**Karl-Liebnecht-Straße 10, 45770 Marl**

Die Teilnahmegebühr beträgt 20 Euro (plus Materialkosten). Bitte mitbringen: Handschuhe, Stoffbeutel oder Korb (kein Plastik!), (Garten-)Schere, 1 kleines Konservenglas, Vorratsdosen (kein Plastik!), Konservenglas für die Tinktur. Anmeldungen werden über die Homepage der Familienbildungsstätte [www.fbs-dorsten-marl.de](http://www.fbs-dorsten-marl.de) oder telefonisch unter 02362 9719900 entgegengenommen.



**Was  
uns  
bewegt.**